المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
كلية التربية
قسم علم النفس



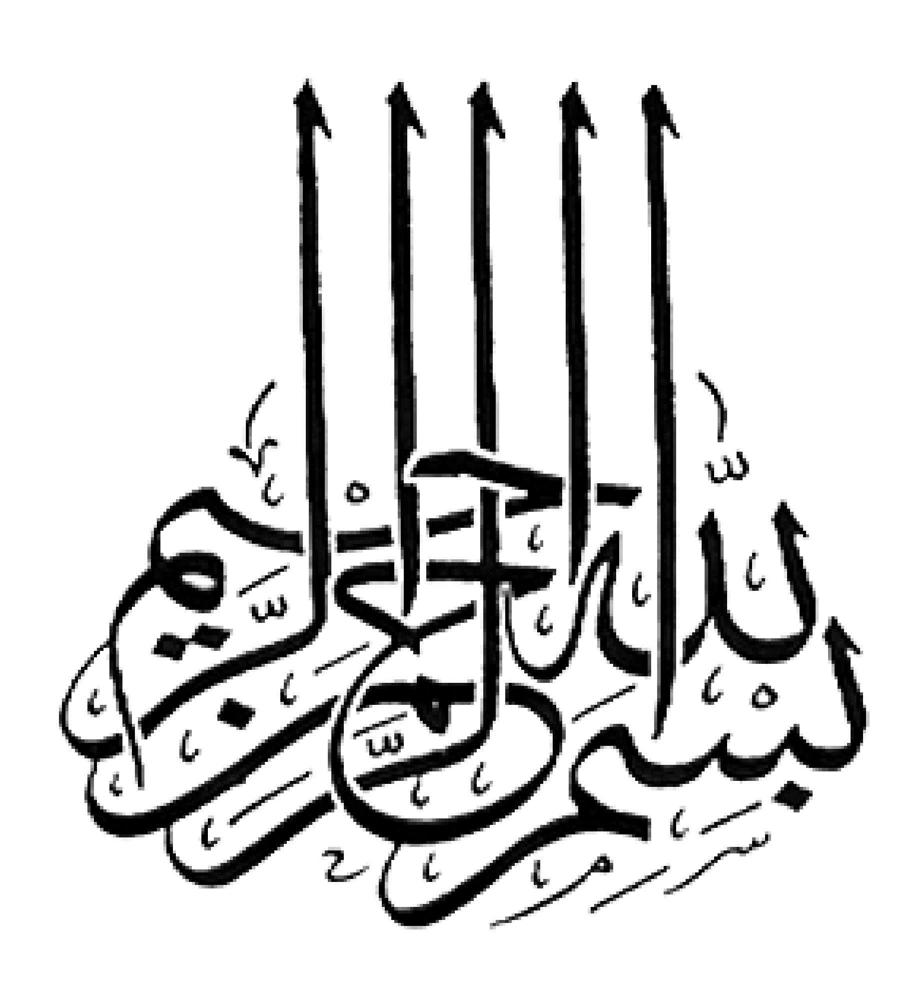
الصلابة النفسية
وأحـداث الحياة الضاغطة
لدى عينة من الطلاب الأيتام
والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث

إعــداد الطــالب
أحمد بن عبدالله محمد العيافي
٤٣٠٨٨٠٩٦

إشــراف الدكتــور
سالم بن محمد عبدالله المفرجي

بحث مقدم إلى قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس - تخصص إرشاد نفسي

الفصل الدراسي الثاني
١٤٣٢/١٤٣٣هـ


بسم الله الرحمن الرحيم

ملخص الرسالة

الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث

إعداد : أحمد بن عبدالله محمد العيافي

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٥٤) طالباً ، (٣٨٨) طالباً من مدينة مكة المكرمة ، و(٢٩٢) طالباً من محافظة الليث ، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية إعداد yoonkin&Betz,1996 ، وتعريب حمادة ، عبد اللطيف(٢٠٠٢) ، ومقياس مواقف الحياة الضاغطة ، إعداد زينب شقير (٢٠٠٢م)، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أبرزها : أن المظاهر الأكثر شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من العاديين كانت على التوالي : الاستمتاع بالتحدي ، الترابط مع مجموعة من الناس،اليقين عند المسير بالوصول في النهاية ،الاستمتاع بمنافسة الآخرين ، التفاؤل بشكل عام ، وفي المقابل كانت المظاهر الأقل شيوعاً على التوالي : صعوبة العمل في الفوضى ، صعوبة انجاز العمل في ظل وجود المشاكل مع المقربين ، عدم الاطمئنان للمواقف الجديدة ، عدم نسيان المواقف السيئة ، وفي المقابل كانت المظاهر الأعلى شيوعاً للأيتام على التوالي : الترابط القوي مع الناس ، الاستمتاع بالتحدي، مهما يكن اليوم سيئ فغداً سيكون أفضل، اليقين عند المسير بالوصول في النهاية ، الاستمتاع بمنافسة الآخرين ، كما كانت المظاهر الأقل شيوعاً على التوالي : صعوبة الاستمرار في العمل في وجود الفوضى ، صعوبة انجاز العمل مع وجود مشاكل مع المقربين ، وعدم الاطمئنان للمواقف الجديدة . بينما كانت مظاهر أحدا ث الحياة الضاغطة الأكثر شيوعاً للعاديين تتمركز حول الضغوط الدراسية والصحية وفي المقابل المظاهر الأقل شيوعاً تتمثل في الضغوط الاقتصادية والأسرية ،وللأيتام المظاهر الأكثر شيوعاً الضغوط الدراسية والصحية ، والأقل شيوعاً الضغوط الأسرية والاقتصادية على التوالي. كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين درجات الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة ، وعدم وجود فروق في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الحالة الطالب والعمر والتخصص والجنسية ، ووجود فروق في المرحلة الدراسية ، لصالح طلاب المرحلة (الثانوية) والتحصيل الدراسي ، لصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز) ومستوى دخل الأسرة لصالح مستوى الدخل (مرتفع) ، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أحداث الحياة الضاغطة ، في اتجاه الأيتام ، وعدم وجود فروق في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير ا لعمر والتخصص ، ووجود فروق في التحصيل الدراسي ، لصالح الطلاب ذوي التحصيل (جيد – مقبول)، ووجود فروق في مستوى دخل الأسرة ، لصالح مستوى الدخل (المنخفض) ، وعدم وجود فروق تبعاً لمتغير المدينة والجنسية.

وكان من أهم توصيات الدراسة العمل من خلال بعض البرامج الإرشادية لزيادة مستويات الصلابة ودرجة تحمل أحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية .

الباحث

ABSTRACT

Hardness and life events, psychological pressure in a sample of students andordinary orphans in the province of Mecca and Laith

Researcher name :Ahmed bin Abdullah al-a Yafa

The present study aims to examine the strength and psychological life events pressing for a sample of students orphans and ordinary city of Mecca and the province of Laith, the sample consisted of (654) students, (388) students from the city of Mecca, and (292) students from the province of Laith, The researcher has used psychological scale rigidity preparation yoonkin & Betz, 1996, and the measure of stressful life situations, the preparation of Zeinab Choucair (2002).The researcher used the averages, standard deviations, t-test, analysis of variance one-way, and test, showed. As methods statistics. The study found a set of results highlighted that:Manifestations of the most common solid psychological Dyaana study of the ordinary with averages Top were, respectively: enjoy the challenge, interdependence with a group of people, certainty when walking access in the end, enjoy the competition of others, optimism in general, and in contrast, the manifestations of averages lower, respectively: difficult to work in chaos, the difficulty of the job done in the presence of problems with those close to, uncertainty of new situations, not to forget the positions the bad, and in contrast, the manifestations of averages Top of orphans, respectively: the strong interdependence with people, enjoy a challenge, no matter what the day is bad tomorrow better , certainty when walking access in the end, enjoy the competition of others, as they were manifestations of averages lower for orphans, respectively: the difficulty of continuing to work in the presence of disorder, the difficulty of the job done with having problems with those close to, and not Alatmian to new situations. while the manifestations of life events stressfulaverages of the ordinary with top academic centers around stress and health in return appearances with the lowest averages are in the economic and family pressures, and for the orphans of the top academic averages, health, and lower averages of family and economic respectively. The study also found a significant correlation between the degree of rigidity and psychological life events stressful, and the lack of differences in stiffness psychological depending on student status, age, specialty and nationality, and the existence of differences in the stage of study and academic achievement and income level, as the study found Elyugod statistically significant differences in the positions of life pressing in the direction of orphans, and the lack of differences in life events stressful depending on the age of specialization, and the existence of differences in academic achievement for students achievement (Good Fair), and the existence of differences in the level of income in favor of the level of low-income, and the lack of differences due to the variable of the city and citizenship.One of the main recommendations of the study to work through some extension programs to increase levels of hardness and tolerance to stressful life events students of intermediate and secondary stages, especially orphans.

الإهـــداء

إلى والدي العزيز مثال القدوة الصالحة ، والموجه بأقواله وأفعاله أطال الله في عمره ورزقني بره .

إلى والدتي الحبيبة التي ما أزال أنعم بحنانها ، وأتلمس بركات دعواتها بين الفينة والأخرى، أسأل الله تعالى أن ينسأ في أثرها وأن يرزقني برها.

إلى زوجتيّ الكريمة مثال الزوجة الصالحة ، وأبنائي الأعزاء ، باسل وجنى ، الذين ينثرون في طريقي باقات المودة ونفحات السعادة.

إلى إخواني وأخواتي الكرام الذين أحمل لهم بين جوانحي حباً عظيماً وتقديراً فائقاً ، لا يستطيع وصفه اللسان، ولا يخطه البنان.

إليهم جميعاً أهدي هذا البحث المتواضع سائلاً المولى سبحانه أن يجعله خالصاً لوجهه الكريم.

الباحث

الشكر والتقدير

الشكر لمن يستحق الشكر في الأولى والآخرة، لمن شكره عليّ منّة تستحق الشكر ، للمولى سبحانه الذي منّ عليّ بإتمام هذا البحث، فالحمد له أولاً وآخراً وظاهراً وباطناً.

وانطلاقاً من قول النبي ﷺ : " مَنْ لَمْ يَشْكُرِ النَّاسَ لَمْ يَشْكُرِ اللَّهَ " ' يتقدم الباحث بالشكر والتقدير لهذا البلد المعطاء ، الوفي لرجاله ، الحريص على مستقبل أبنائه ، الداعم للعلم وأهله، والشكر موصول إلى منسوبي هذا الصرح الشامخ جامعة أم القرى ، وعلى رأسها مدير الجامعة **معالي الأستاذ الدكتور / بكري معتوق عساس** ، وعميد كلية التربية **الدكتور / زايد بن عجير الحارثي**، ورئيس قسم علم النفس **الدكتور / سالم بن محمد المفرجي** ، المشرف على الرسالة ، على حسن توجيهه وسعة صدره ، وكريم معاملته ، وجهده المتواصل في الإشراف والمتابعة الدقيقة ، والتوجيهات السديدة التي كان لها الأثر النافع للباحث والرسالة على حد سواء.، وجميع منسوبي قسم علم النفس من أعضاء هيئة التدريس وموظفين.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من :

- **سعادة الأستاذ الدكتور / محمد حمزة السليماني ، وسعادة الدكتورة / هدى الشميمري** لتفضلهما بمناقشة خطة الدراسة.
- **سعادة الدكتور / هشام بن محمد مخيمر ، وسعادة الدكتور / عبدالله بن علي أبو عراد الشهري**، لتفضلهما وقبولهما مناقشة الرسالة سائلاً المولى لهما التوفيق والسداد.
- عينة الدراسة (الطلاب) في مدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، ولكل من تعاون معي من معلمين ومرشدين طلابيين في تطبيق أدوات الدراسة .
- زملائي بمدرسة الصديق، الذين لم يبخلوا بعبارات السؤال ، والدعاء فكانت حافزاً لي إلى العمل والاستمرار.

الباحث

قائمــة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الملاحق

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة.
- مشكلة وتساؤلات الدراسة.
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.
- حدود الدراسة.

مقدمـة:

أن ضغوط الحياة وأحداثها الح رجة هي من طبيعة الوجود الإنساني، وركن أساسي من أركان الحياة بجوانبها الموجبة والسالبة، ولا تخلو الحياة منها، وتزداد الضغوط كماً وكيفاً مع تعقد الحضارة وتسارع إيقاع العصر وتحدياته، وتصل هذه الظاهرة إلى حد استهداف الإنسان في صحته الجسمية والعقلية والنفسية ، وتعترض سبل تحقيق طموحاته ورغباته وتلبية احتياجاته (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨م).

وأياً كانت ثقافة الحياة المعاش على اختلاف تلك الثقافات وتنوعها ، فهي تشهد الكثير من التوترات والأزمات المختلفة والأحداث الضاغطة التي يعاني منها كافة أفراد المجتمع في هذا العصر الذي يتصف بوفرة الأحداث الضاغطة ، وبالتالي انتشارها على نطاق واسع ، وتنوعها، وتعدد أشكالها، ومستويات تلك الضغوطات.

ويذكر راش (Rash, 1997) أن آثار أحداث الحياة الضاغطة تظهر بصورة واضحة جداً لدى الأفراد الأيتام، والذين يعانون الكثير من الآلام والخوف والتردد في القيام بأداء المهام لشدة خوفهم من الوقوع في مواقف الإحباط والوقوع في الصراعات مع الآخرين، حيث أنهم يشعرون بعدم الاستقرار والقلق من المس تقبل المجهول، وقد تترك مثل هذه الأحداث آثارها على معالم شخصية الأفراد وقد تكون مدمرة لحياة الأيتام ومستقبلهم، وهذه الأحداث الضاغطة يدركها الفرد عندما يتعرض باستمرار إلى المواقف المختلفة في التعامل مع الناس، وهي تحتاج إلى درجة أعلى من التوافق لتحقيق التكيف السليم في الحي اة، الذي يتم بإيجاد أساليب أو استراتيجيات لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

كما يرى ماهوني (Mahoney, 1997) اختلاف المشكلات التي يعاني منها الأفراد اليتامى من مجتمع إلى آخر وذلك يعود إلى مستوى حضارة تلك المجتمعات ورقيها، بالإضافة إلى مستوى السيطرة الداخلي أو الخارجي لديهم، والذي يعد متغيراً مهماً لتفسير السلوك الإنساني في مواقف الحياة الضاغطة المختلفة، وأحد المصادر الرئيسية التي يعتمد عليها الفرد في تفسير ما يواجهه من أحداث، وإدراك أسباب حدوثها، ومحاولة إيجاد السبل الكفيلة لإنهاء آثارها.

إلا أنه وجد أن هناك أفراد لا يمرون بأي ضغوط جسمية أو نفسية ، ويتمتعون بمستوى

عالٍ من الاستقرار النفسي والصحة الجسمية ، رغم مواجهتهم لأحداث حياتية ضاغطة، وفي ضوء ذلك عمدت الدراسات الحديثة مثل دراسات (دخان والحجار ،٢٠٠٥م؛ المفرجي والشهري ،٢٠٠٨م؛العنزي ،١٤٣٢هـ)إلى تقصي مصادر مقاومة الأحداث الضاغطة التي يستطيع الأفراد من خلالها المقاومة والحرص على البقاء أصحاء رغم تعرضهم لهذه الأحدا ث الضاغطة. ومن أهم عوامل مقاومة الضغوط والتي حظيت في السنوات الأخيرة باهتمام العديد من الباحثين عامل الصلابة النفسية (Psychological Hardness) حيث توصلت كوبازا Kobasa إلى أن الصلابة مجموعة من الخصائص النفسية والجسمية التي تتضمن (الالتزام، ووضوح الهدف، والتحدي والتحكم)، وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية والأمن النفسي، بالرغم من التعرض للأحداث الضاغطة (عبدالصمد، ٢٠٠٢م) .

كما يشير (Holahan & Moos, 1990) إلى أن مسار البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المقاومة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغوط ، فمجال الدراسة يجب أن يتحول إلى دراسة المصادر النفسية (كالصلابة النفسية)، والمصادر الاجتماعية التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييماً واقعياً، كما أنها تجعله أكثر نجاحاً وفعالية في مواجهتها.

وسوف تهتم الدراسة الحالية بالصلابة النفسية في ضوء بعض المتغيرات (كحالة الطالب ،والعمر ، والمرحلة الدراسية ،والتخصص ، والتحصيل الدراسي ، ومستوى دخل الأسرة ،المدينة والجنسية) باعتبارها أحد المتغيرات الواقية التي يفترض أنها تخفف من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة.

إن دراسة الأيتام لم تحظ باهتمام مناسب من الباحثين في البيئة السعودية وبصفة خاصة ما يرتبط بالمتغيرات النفسية بصورة عامة ، والصلابة النفسية بصورة خاصة في حدود – علم الباحث– وهو ما تهتم به الدراسة الحالية مقارنة بالعاديين.

مشكلة وتساؤلات الدراسة:

لاحظ المهتمون بصحة الإنسان العلاقة بين ما يصيب الفرد من أمراض وما سبق أن تعرض له من حوادث وضغوط ، فكان التركيز على دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية والجسمية، ولكن في السنوات القليلة الماضية بدأت الدراسات النفسية تتجاوز هذا الحد إلى ا لاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة للقدرة على المواجهة الفعالة أو عوامل المقاومة، أي المتغيرات النفسية ، أو البيئة المرتبطة بلستمرار السلامة النفسية ، حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة الظروف والمشكلات والتغلب عليها (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨م: ١٥١)

إن بعض الأشخاص لا يحتفظون بصحتهم الجسمية وسلامة أدائهم النفسي عند تعرضهم للضغوط النفسية ، مما يؤدي إلى ضرورة الاهتم ام بمصادر مقاومة الضغوط النفسية ، أي تلك المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف من الآثار السلبية للضغوط النفسية ، فهي تمثل نقاط قوة لدى الفرد وتساعده على أن يظل محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية حين تحل به ضغوط حتمية لا يمكنه تجنبها (سلامة ، ١٩٩١م : ٤٧٦)

ويرى الباحث أن الصلابة النفسية إحدى ا لسمات الشخصية التي تلعب دوراً هاماً في حماية الفرد من الأحداث الضاغطة ، كما أنها تساعدهالفرد على التغلب على ما يواجهه من أحداث ضاغطة حين حدوثها، وتحويلها إلى مصادر قوة داعمة له.

فالبيئة التي يعيش فيها الفرد ويجد فيها إشباعاً ورعاية لشئونه تعطيه قدرة على تحمل أحداث الحياة الضاغطة.

كما أن الصلابة النفسية ودورها الفعال في مواجهة ضغوط الحياة المختلفة واختلافها بين الأيتام والعاديين في بيئتين : مدينة مكة المكرمة، ومحافظة الليث ، كما أن تناولها لفئة عمرية تمثل مرحلة المراهقة ، وما تتميز به هذه المرحلة العمرية من تغيرات نفسية ، وجسمية ، واجتماعية ، وذلك في ظل ندرة الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة على هذه المرحلة العمرية الحرجة (المراهقة) في حدود علم الباحث ، هو ما تتميز

به الدراسة الحالية.

وعلى ضوء ذلك تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

١ – ما المظاهر الأكثر شيوعاً، والأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث؟

٢ – ما المظاهر الأكثر شيوعاً ، والأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث؟

٣ – هل توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ، وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث؟

٤ – هل توجد فروق بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف كل من :حالة الطالب ، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية؟

٥ – هل توجد فروق بين متوسطات الدرجات التي يحصل عليها عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لاختلاف كل من :حالة الطالب ، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذا الدراسة إلى الكشف عن:

١ – المظاهر الأكثر شيوعاً ، والأقل شيوعاً للصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٢ – العلاقة بين الصلابة النفسية ، وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٣ – الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة تبعاً لاختلاف كل من :حالة الطالب، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية.

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

١- تناولها لمتغير من متغيرات المقاومة التي تجعل الأفراد يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية، وعدم تعرضهم للأحداث الحياتية الضاغطة، وهو متغير الصلابة النفسية والذي يعد من المصادر النفسية الواقية من أثر أحداث الحياة الضاغطة والتي تجعل الإنسان أكثر فعالية في مواجهته١.

٢- تركيزها على الجوانب الإيجابية في الشخصية.

٣- العينة التي تناولتها الدراسة وهي عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة المتوسطة من الأيتام والعاديين في مدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٤- قلة الدراسات النفسية التي تناولت متغيري الصلابة النفسية وأحدا ث الحياة الضاغطة لدى الأيتام والعاديين وذلك في حدود علم الباحث.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١- فتح المجال أمام الباحثين لعمل دراسات حول الصلابة النفسية لكافة الفئات العمرية وذوي الاحتياجات الخاصة، وفي مجالات متعددة باعتبارها من أهم المتغيرات الانفعالية.

٢- نتائج هذه الدراسة قد تساعد الأخصائيين النفسيين ، والاجتماعيين ، والتربويين في وضع برامج إرشادية لتعزيز الصلابة النفسية ، وكيفية التغلب على أحداث الحياة الضاغطة ومواجهتها.

٣- يمثل إضافة جديدة للمكتبة العربية التي تفتقد لمثل هذه الدراسة في حدود علم الباحث.

مصطلحات الدراسة:

الصلابة النفسية:

تعرف حمادة وعبد اللطيف (٢٠٠٢م) الصلابة النفسية بأنها : "مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة ، والتحقق من آثارها على الصحة

النفسية والجسمية ، حيث تساهم الصلابة النفسية في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك ، والتقويم ، والمواجهة ، الذي يقود إلى الحل الناجح للم وقف الذي خلقته الظروف الضاغطة " (حمادة وعبد اللطيف،٢٠٠٢: : ٢٣٣).

ويعرف الباحث الصلابة النفسية بأنها : "قدرة الفرد على اس تخدام صفاته الشخصية والمصادر البيئية المتاحة له في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها مواجهة إيجابية".

وتُعرّف الصلابة النفسية إجرائيا بأنها: " مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس الصلابة النفسية المستخدمة في هذه الدراسة.

أحداث الحياة الضاغطة:

وتعرف شقير (٢٠٠٢م :٤) أحداث الحياة الضاغطة بأنها : "مجموعة من المصادر الداخلية والخارجية الضاغطة ، والتي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى" .

وتعرف أحداث الحياة الضاغطة إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس أحداث الحياة الضاغطة المستخدم في هذه الدراسة.

الأيتام :

يعرف الباحث اليتيم بأنه : ذلك الفرد الذي فقد أحد والديه أو كلاهما بسبب الموت.

العاديين :

هم الطلاب (الأقران) من نفس الفئة العمرية الذين يعيش كل منهم مع والديه ويشترك مع العينة الأخرى في البحث في أنه من نفس الفئة العمرية وقت إجراء الدراسة.

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة بالأبعاد التالية:

١ – الحدود الموضوعية : وهي الصلابة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين من الطلاب بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٢ - الحدود المكانية : وهي عينة من طلاب المرحلة الثانوية، (بالصفوف : الأول، والثاني، والثالث ثانوي، وبأقسامها الطبيعي والشرعي)، والمرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٣ - الحدود الزمانية : تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الأول للعام ١٤٣٢ – ١٤٣٣هـ.

٤ - الحدود الإجرائية: تم تطبيق:

أ - مقياس الصلابة النفسية من إعداد يونكن وبتر (Younkin&Betz,1996) وتعريب حمادة، وعبد اللطيف (٢٠٠٢م).

ب -مقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداد زينب شقير (٢٠٠٢م).

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات والبحوث السابقة

🕮 **أولاً: الإطار النظري :**

أ) الصلابة النفسية .

ب) أحداث الحياة الضاغطة .

🕮 **ثانياً : الدراسات والبحوث السابقة .**

🕮 **ثالثاً : فروض الدراسة .**

أ) **الصلابة النفسية**:

يشهد عالمنا المعاصر حركة تقدم علمي كبيرة ، وثورة في المعلومات ، واكتشافات تكنولوجية حديثة حققت الكثير من الرفاهية لإنسان اليوم، إلا أنه قد بدأ بدفع ضريبة هذا التقدم والرفاهية، فقد أسرع إيقاع الزمن عن ذي قبل، وحدثت تغيرات متلاحقة في القيم مما ضاعف من حدة وقع أزمات النمو، وجعل الفرد يشعر بالاغتراب، والعجز، واليأس، والتشاؤم، والفشل.

ولقد أشارت Kobasa إلى أن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير المواتية، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب، ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا المعاصرة، أي لا حياة بدون ضغوط، وحيث توجد الحياة توجد الضغوط (Kobasa, 1982: 707)

لقد بدأت الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية، إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة أي "المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة، والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها" (مخيمر، ١٩٩٦م: ٢٧٥).

وقد اتجه علماء النفس في السنوات الأخيرة إلى البحث عن المتغيرات الواقية التي يمكن أن تقي أو تعدل من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة، وهذه المتغيرات الواقية قد تكون متغيرات نفسية، أو قد تكون متغيرات اجتماعية، ويعرف روتر Ruttar المتغيرات الواقية بأنها تلك الخصائص الشخصية أو العوامل البيئية التي يمكن أن تخفف أو تقلل من وقع التأثير السلبي المتتابع للأحداث الحياتية الضاغطة على الأفراد.

ويحدد روتر المتغيرات الواقية فيما يلي:

١ - سمات الشخصية (الاستقلالية – تقدير الذات العالي).

٢ - متغيرات أسرية (ترابط الأسرة وتماسكها، وإدراك الفرد للدفء ولوالديه).

٣ - إمكانية وجود أنظمة للمساندة الاجتماعية تشجع وتحفظ قدرة الفرد على مواجهة الضغوط (مخيمر، ١٩٩٦م: ٢٧٦).

والمتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف أو تقي من آثار الأحداث الحياتية الضاغطة كما تعرضت لها كوبازا وآخرون قد تتعلق بعدة عوامل وهي:

-عوامل وراثية: مثل عدم الإصابة بالاضطراب النفسي في التاريخ الأسري للفرد.

-عوامل بيئية اجتماعية : ويقصد بها ما يتاح للفرد من مساندة اجتماعية، فالتفاعل الاجتماعي والعلاقات المتبادلة بينه وبين البيئة ا لاجتماعية التي يعيش فيها وما تقدمه له من مساندة أثناء تعرضه لأحداث حياتية ضاغطة.

-عوامل تتعلق بالخصائص الشخصية للفرد : مثل تقدير الذات، والكفاية الشخصية، والصلابة النفسية، ومركز الضبط، والاستقلالية والتفاؤل (راضي، ٢٠٠٨م: ١٨).

وأدت إسهامات جارميزي و روتر Carmezy, 1983 & Ruttar, 1990 دوراً هاماً ورائداً في تحويل مسار البحث في مجال الضغوط إلى التركيز على المتغيرات الشخصية والبيئية الإيجابية، والتي من شأنها مساعدة الفرد في الوقاية من الأثر النفسي والجسمي الناتج عن التعرض للضغوط. وقد أشار مايكل راتر إلى أن كلاً من العوامل الواقية من الضغوط والعوامل التي تزيد من القابلية لمعاناة الاضطراب النفسي، ما هي إلا عوامل خاملة، وهو قياس يستمده من علم الكيمياء – تنشط في وجود الأحداث الضاغطة، فإذا زادت من رفع التأثير السلبي للحدث الضاغط اعتبرت عوامل خطورة تزيد من القابلية للمعاناة النفسية وإذا خفضت من وقع الحدث الضاغط اعتبرت عوامل واقية، وهذه العوامل الواقية لا تعمل بشكل تلقائي في مواجهة ضغوط الحياة، أو أن دورها كمصادر مقاومة لا يكون فاعلاً إلا بقدر استخدام الفرد لها (مخيمر، ٢٠١١م: ١٠).

ويرى الباحث أن التعرض لمصادر الضغوط النفسية لم يعد المتغير الرئيس المؤثر في نشاط الفرد وارتقائه، حيث إن تأثير تلك المصادر يرتبط بمتغيرات أخرى، مثل : غاية الفرد ، وقدرته المعرفية على تقييم مصدر الضغط وسلوكه المتبع إزاء ذلك الضغط أو مصدره (كيفية التعامل معه) ، ومن زاوية تبدو أكثر صعوبة إذا ما كان هذا الفرد يتيما قد نشأ محاطا بالأحداث

الضاغطة ،فكيف يواجه أحداث تلك الحياة ، هل يتعامل معها بالمرونة والفعالية والثقة والإيجابية الكافية ليعيش سويا مستقرا ؟ أم يتجنبها ، ويتعامل معها بسلبية تجعله عرضة لانعدام الاستقرار والسواء النفسي.

ومن تلك النقطة تحولت التوجهات في الاهتمام البحثي في ا لآونة الأخيرة على تحويل المتغيرات النفسية التي تعمل على وقاية الفرد من الأثر الضار للحدث الضاغط، حيث كانت الدراسات السابقة تهتم ببحث العلاقة بين مواقف الشدة ، وبين صور المعاناة النفسية، ولكن خلال السنوات الأخيرة اتجه التركيز نحو متغيرات المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط والأزمات والصدمات والاحباطات كمتغير الصلابة النفسية الذي درسته سوزان كوبازا Kobasa في رسالتها للدكتوراه وفي أبحاثها فيما بعد للصلابة النفسية والمتغيرات المرتبطة بها.

وقد توصلت كوبازا (Kobasa, 1979) إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة، هم أكثر صموداً ومقاومة وإنجازاً وضبطاً داخلياً وقيادة ومبادأة ونشاطاً ودافعية، وهذا يؤكد صحة فروض نظرية "كوبازا" التي أشارت إلى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير نفسي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون.

كما أكد توماس (Thomas, 1998) على أن الأفراد الذين يتميزون بالصلابة النفسية كانوا أكثر نشاطاً وتحملاً للأعباء وحل استراتيجيات مواجهة مصاعب الكوارث وأنهم أكثر قدرة على التحكم والتحدي ، وذلك على النقيض من الأفراد الذين لا يمتلكون الصلابة النفسية فهم يتجهون إلى سلوك التجنب وقت وقوع الحوادث.

ويشير المفرجي والشهري (٢٠٠٨م: ١٥٥) إلى :"أن هناك علاقة قوية بين الصلابة النفسية والكفاءة الذاتية، وهو ما يؤكده بيرنارد وآخرون (Bernard, et, 1998) الذي يرى أن الأفراد الذين لديهم مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية يميلون إلى سلوكيات تقودهم إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد في قدرتهم على ذلك لأن الكفاءة الذاتية ترتبط إيجابياً بالصلابة النفسية وأن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية أقل احتمالاً للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية نتيجة لأحداث الحياة الضاغطة ".

وأشارت حمادة ،وعبد اللطيف (٢٠٠٢م: ٢٣٦-٢٣٧) إلى أن "مادي وكوبازا " ترى : "أن الأحداث الضاغطة تستثير الجهاز العصبي الذاتي وتقود إلى سلسلة من الإرجاع، وتكرار الأحداث الضاغطة على الفرد يؤدي إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية. وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق، ويتم ذلك من خلال عدة طرق؛ فالصلابة النفسية أولاً : تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة، ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة، أو تنقله من حال إلى حال، وثالثاً : تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي، ورابعاً : تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية، مثل إتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة، وهذا بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية".

وقد أكدت أبحاث عديدة أهمية تقييم الفرد للأحداث الضاغطة وإدراكه لها والفروق بين الأفراد في هذا المجال، فقد وجد رودوالت وزون (Rhodewalt & Zone, 1989) أنه عند عمل مقارنة بين الأشخاص الذين يتمتعون بصلابة مرتفعة بأولئك الذين لا يتمتعون بها وجد أن الفئة الأولى تنظر إلى أحداث الحياة الماضية على أنها كانت إيجابية وكانت لديهم القدرة على التحكم فيها، كما وجد باجانا (Pagana, 1990) أن طلاب كلية الطب من ذوي الصلابة المرتفعة يرون أن خبراتهم الأكاديمية تثير لديهم التحدي أكثر من أنها تشكل لهم تهديداً على النقيض من زملائهم ذوي الصلابة المنخفضة.

ويشير زاكيا وتشمبرلين Zakia & Chamberlain 1987م إلى أهمية التركيز على دراسة المتغيرات النفسية المخفِّفة على الضغوط ، والتي تشير إلى وجود متغيرات نفسية كالصلابة النفسية التي تؤثر في كيفية فهم الفرد للأحداث الضاغ طة وكيفية تفسيره لها، و كيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة هذه الأحداث (الهداوي، ٢٠١٠م).

نشأة مفهوم الصلابة النفسية:

نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد الأمريكية سوزان ك وبازا Kobasa Sozanne أثناء إعدادها لرسالة الدكتورا هتحت إشراف أستاذها مادي Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات

المتحدة الأمريكية والتي انتهت منها في سنة ١٩٧٧م (مخيمر، ٢٠١١م: ١١).

فقد استطاعت كوبازا Kobasa من خلال سلسلة من الدراسات التي أجرتها عام ١٩٧٩م، و١٩٨٢م، و١٩٨٣م، و١٩٨٥م الكشف عن الصلابة النفسية بوصفه متغير يساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته النفسية والجسمية عند تعرضه للأحداث الضاغطة ، وأثبتت دوره الفعال في إدراك الأحداث الشاقة وتفسيرها على نحو إيجابي، وأنها تشارك إلى حد كبير في ارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي وزيادة خبراته في مواجهة المشكلات الشاقة.

لذا يجب إلقاء الضوء على نشأة مفهوم الصلابة النفسية وكيفية تكوينه، حيث إن معظم الباحثين قد أعطوا أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تكوين هذه السمة ونموها وارتقائها عبر مراحل العمر المختلفة بداية من الأسرة وحتى الأقران، فقد تحدث عنها إريكسون (١٩٨٣م) موضحاً أهمية الدور الأساسي الذي يلعبه الوالدان في تكوين هذه السمة، فمن خلال إشباعهم للحاجات الأساسية للطفل منذ الصغر، بالإضافة إلى إشباعهم للحاجات الثانوية، فالحاجة إلى الحب والحنان والشعور بالدفء يشعر الطفل بالأمان والقيمة الذاتية وبالثقة بالنفس وبالآخرين في مراحله العمرية التالية (مخيمر، ١٩٩٦م: ٢٧٨).

ثم جاء ا لاتجاه المعرفي عند Lazarous (1966م) والذي أكد على آراء إريكسون وأضاف إليها، مشيراً إلى أن احترام الوالدين لآراء الطفل منذ الصغر، ووضع مستوى مناسب من التواصل بينهم وبينه بالإضافة إلى تقديرهما لإنجازاته البسيطة، وتشجيعه على الاعتماد على نفسه عند أداء متطلباته الشخصية، يشعر الطفل بالأمان وبالقيمة الذاتية ويجعله أكثر تحملاً للمسؤولية وأكثر قدرة على تحديد أهدافه في مراحله العمرية . أما في حالة رفض الأسرة لآراء الطفل ولإنجازاته، وفرض الوالدين لآرائهم، فإن ذلك يشعر الطفل بالخوف ويجعله يتوقع حدوث الخطر باستمرار، كما يفقده الثقة بنفسه وبالآخرين، وضمان تقدم الأسرة للطفل من أساليب تربوية تتحكم في طريقة إدراكه وتعامله مع المواقف في مراحله العمرية التالية (جودة، ٢٠٠٢م: ٤٠).

وقد أيد ماكوبي Maccoby آراء من سبقه من العلماء والدارسين فيما يخص منشأ سمة الصلابة، وذلك من خلال دراسته التي أجراها عام (١٩٨٠م) بهدف معرفة دور البيئة الأسرية

في تكوين سمة الصلابة فيما بعد عند إدراك المشقة والتعايش معها . وقد أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن العلاقات الأسرية التي تت سم بالدفء والقبول والاهتمام بالطفل والثقة فيه والاحترام والتقدير له تنمي لديه الاعتقاد بأن خبرات النجاح والفشل ترجع لعمله ومجهوده ومدى مثابرته وتحديه للأحداث الشاقة المحيطة به (حمزه ، ٢٠٠٢م: ٣٣).

ويرى Colerick أن:" أبعاد الصلابة النفسية تكون في حالة نم و مستمرة مع التقدم في العمر، فكلما تقدم الشخص في العمر زادت درجة صلابته، فهو تعلم كيفية التعامل مع أحداث الحياة، ويتم ذلك من خلال محاولات النجاح والفشل، فضلاً عن تعلمه لأنماط من السلوك تتراكم مدى الحياة" (دبور، ٢٠٠٧م: ٣١).

وأطلقت كوبازا على مجموعة الخصائص التي تميز الأشخاص الذين يقامون الضغوط Stress-Resistant People مصطلح الصلابة النفسية Psychological Hardiness، ولم تغفل أونتي هل لكوبازا دور المتغيرات الأخرى التي تساعد على مقاومة الضغوط مثل الوراثة الجيدة، والتدين، والمساعد ة النفسية والا جتماعية، والدخل المرتفع، والوظيفة ، والرعاية الطبية الجيدة، وهؤلاء الأشخاص الذي يتسمون بالصلابة النفسية لديهم القدرة على التحكم ولديهم التزام تجاه القيم والأخلاق، ولديهم القدرة على التحدي واعتبار أن التغير ليس تهديداً لهم بقدر ما هو اختيار حقوقهم وصلابتهم (مخيمر، ٢٠١١م: ١٢).

وتؤكد كوبازا (Kobasa, 1979:2-3) على دور التعلم الا جتماعي من الأسرة والمجتمع في ظهور هذه السمة كمتغير وقائي ومقاوم للضغوط، ويساعد على الصحة النفسية والجسمية

وتتبعت كوبازا (Kobasa,1983:168-172) منذ عام ١٩٧٩م وحتى ١٩٨٥م دور القدوة أو النموذج في تكوين هذه السمة لدى الطفل منذ طفولته، فذكرت أن وجود نماذج والدية إيجابية تتسم بالثقة بالنفس والصلابة النفسية في بيئة الطفل تمثل له أساساً لارتقاء هذه السمة في مراحله العمرية التالية.

كما أيد Sandler & Irwin آراء كوبازا من خلال دراستيهما التي أجريت على عينة قوامها ٢٥٨ طفلاً من ذوي الأسر المفككة، وأظهرت نتائجها أن وجود نماذج والدية سلبية في حياة الطفل تتسم بالضعف في مقاومة أوجه المشقة (أحداث الحياة الشاقة)، ربما تسهم في تكوين الخصال الشخصية السلبية لديه فيما بعد (الدبور، ٢٠٠٧م: ٣١).

ويرى الباحث أن سمة الصلابة النفسية هي سمة تكتسب في مراحل مبكرة جداً من العمر تصنع الأسرة الكثير من جوانب تكوينها ، كما تساهم البيئة الاجتماعية المحيطة بما تتضمنه من زملاء، ومؤسسات اجتماعية كالمدرسة ، والمسجد وغيرها من القوالب التي يمارس فيها الطفل نشاطه الاجتماعي على إنمائها وارتقائها عبر المراحل العمرية اللاحقة المختلفة.

مفهوم الصلابة النفسية *Psychological Hardiness*:

عرفها Brooks (2003م) على أنها : "قدرة الطفل على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية، والتعامل مع الإحباط، والأخطاء، والصدمات النفسية، والمشاكل اليومية، لتطوير أهداف محددة وواقعية، لحل المشاكل، والتفاعل بسلاسة مع الآخرين، ومعاملة الآخرين باحترام، واحترام الذات.

كما عرفها فنك (Funk,1992) بأنها خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر.

وعرفتها كوبازا Kobasa بأنها: "مجموعة من خصائص الشخصية وظيفتها مساعدة الفرد في المواجهة الفعالة للضغوط وهي تتكون من الالتزام والتحكم و التحدي" ، كما عرفها بنز Pinesبأنها : "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة"، وعرفها كوزي cozzi بأنها: "متغير نفسي يساعد الفرد على تحمل الضغوط والاحباطات ومواجهتها بنجاح حتى يتم تحقيق الأهداف" (مخيمر، ٢٠١١ م: ١٣).

وعرفها البهاص (٢٠٠٢م :٣٩١) بأنها : "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها، فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط".

ويعرفها لاتسي على أنها : "توقع للكفاءة الذاتية عند الفرد عن قدرته في مواجهة الضغوط والمشكلات، وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية الذي افترضه باندورا، والذي يقرر بأن الأشخاص الذين لديهم مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقود إلى

نتائج ناجحة مع ا لاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك " (حمادة وعبد اللطيف، ٢٠٠٢م: ٢٣٥).

كما عرفها ويب Wiebe بأنها : "اعتقاد الفرد بحدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف شديدة يمكن التحكم فيها" (الشربيني، ٢٠٠٥م: ٣٥٥).

وتعرفها حمادة وعبد اللطيف (٢٠٠٢م :٢٣٣) بأنها : "مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية . والصلابة النفسية تساهم في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة، الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح للموقف الذي خلقته الظروف الضاغطة، وعلى ذلك فالصلابة النفسية تخفف من أثر الضغوط وتساهم في مساعدة الأفراد على الاستمرار في إعادة التوافق" .

كما يعرف دخان والحجار (٢٠٠٥م :٣٧٣) الصلابة النفسية بأنها : "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية وا لبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة" .

وفي ضوء المفاهيم السابقة فإن الباحث يحدد مفهوم الصلابة النفسية على أنه سمة شخصية يتسم بها الفرد في مواجهة الأحداث والأزمات بقدر واعٍ من الاتزان والحكمة والصبر وتوكيد الذات والإيمان التام بالله سبحانه وتعالى ، ليتمكن من التفاعل الايجابي مع هذه الأحداث ، والعمل على توجيها بما يخدم تطلعاته وآماله.

أهمية الصلابة النفسية:

تعد الصلابة النفسية أحد العوامل المهمة والأساسية من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية . وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية الصلابة النفسية كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط والأزمات، كما يرى (Holahan & Moos, 1990) أن مسار البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المقاومة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية

رغم تعرضهم للأحداث الضاغطة، فمجال الدراسة يجب أن يتحول إلى دراسة المصادر النفسية مثل (الصلابة النفسية ، والضبط الداخلي، وتقدير الذات)، والمصادر الاجتماعية (المساندة الاجتماعية) التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييماً واقعياً، كما أنها تجعله أكثر نجاحاً وفعالية في مواجهتها.

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً، وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية وا لاضطرابات النفسية (راضي، ٢٠٠٨م: ٥١).

وذكرت شيلي وتايلور :" أنه منذ الدراسة الأولى التي قامت بها كوبازا (١٩٧٩م) أجريت العديد من الأبحاث (Kobasaa, et al, 1981-1989) التي أظهرت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة الجسمية الجيدة، والصحة النفسية الجيدة . فقد أشارت كوبازا إلى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون "(مخيمر، ١٩٩٧م: ٢٧٦-٢٧٨).

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استشاري الجهاز العصبي الذاتي وبضغط الزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية، والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال عدة طرق متعددة:

فالصلابة:

أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.

ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حاد إلى عادي.

ثالثاً : تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم

الاجتماعي.

رابعاً: تقود إلى التغير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة، وهذه بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف، ٢٠٠٢م: ٢٣٦-٢٣٧).

وقد وجد كل من مادي وكوبازا (Made & Kobaza) "أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور واسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها" (عودة، ١٤٣١هـ: ٧٦).

وتتفق كوبازا مع فولكمان ولازاروس في أن الخصائص النفسية -كالصلابة مثلاً - تؤثر في تقييم الفرد المعرفي للحدث الضاغط ذاته وما ينطوي عليه من تهديد لأمنه وصحته النفسية وتقديره لذاته، كما تؤثر أيضاً في تقييم الفرد لأساليب المواجهة، وهي الأساليب التي يواجه بها الفرد الحدث الضاغط (مواجهة المشكلات — الهروب — التجنب — تحمل المسؤولية — البحث عن المساندة الاجتماعية — التحكم الذاتي) (مخيمر، ١٩٩٦م: ٢٧٦-٢٧٨).

ويرى الباحث أن الصلابة النفسية تكون درعاً واقياً للفرد وجداراً منيعاً يساعده على التكيف الايجابي والهادف للتعامل مع أحداث الحياة الضاغطة، وتؤدي إلى تحقيق شخصية قادرة على احتمال الضغوط ومقاومتها، واستيعابها بالقدر الذي يجعله يصل إلى أقصى درجات التوافق النفسي، وتحقيق خطوته الايجابية نحو مستقبله من خلال بنية الثقة الحصينة بنفسه التي تمكنه من تحقيق ذلك.

أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت كوبازا (Kobasa) في دراساتها إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد هي: الالتزام، والتحكم، والتحدي.

فالشخص المتمتع بالصلابة النفسية يجب أن يحصل على درجة مرتفعة في هذه الأبعاد، فمن يحصل على درجة مرتفعة على بعد واحد فقط - مثل بعد الالتزام- ويحصل على درجة

منخفضة في بعد التحدي والضبط لا يتمتع بالصلابة النفسية، فهو يعيش حالة من القلق أو فقدان الثقة بالنفس، لذا فإن التعامل مع الصلابة النفسية يشمل التعامل الكلي مع جميع مكوناتها، الأمر الذي سيعطي دافعاً للتغلب على مشاق الحياة (العنزي، ١٤٣١هـ: ٢٧).

ويرى الباحث أن هناك اختلافاً حول أبعاد الصلابة النفسية، فهناك من يرى أنها تتكون من ثلاثة أبعاد مثل "كوبازا" التي رأت أن الصلابة النفسية تقع في ثلاثة أبعاد وهي : الالتزام، والتحكم، والتحدي ، ومنهم من يرى أنها تتكون من بعد واحد حيث يرى كارفر (Carver, 1989) أن هناك صعوبة في إدراك مفهوم الصلابة النفسية إذا افترض أنه متعدد الأبعاد، كما أن نونالي (Nunnally, 1978) يرى أن العاملين في مجال القياس النفسي يفضلون الأسلوب أحادي البعد، والمقاييس التي وضعتها "كوبازا وآخرون"، اختلف عدد مكوناتها من مقياس إلى آخر، الأمر الذي أدى إلى نوع من الخلط في تفسير النتائج (Younkin & Betz, 1996).

وانطلاقاً مما سبق يرى الباحث أن مقياس الصلابة النفسية من تصميم يونكن و بتز (Younkin & Betz, 1996) والذي يشير إلى أن الصلابة النفسية أحادية البعد، ملائماً لموضوع هذه الدراسة .

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولاً: نظرية كوبازا (Kobasa, 1979):

لقد قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة للاضطرابات النفسية والجسمية، وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا المجال ، واحتمالات الإصابة بالأمراض، فقد اعتمدت كوبازا في صياغة نظرتيها على عدد من الأسس النظرية، تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال: ماسلو وروجرز وفرانكل والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته يجعله يتحمل إحباطات الحياة، ويتقبلها، وأن يتحمل الفرد الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة معتمداً في ذلك على قدرته واستغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

كما اعتمدت كوبازا على النموذج الم عرفي للازروس Lazarous ، والذي يرى أن أحداث الحياة الضاغطة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثير سلبي على ا لاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث الضاغط، ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها، وعدم ملاءمتها للتعام ل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد، ومن ثم الشعور بالإحباط، متضمناً الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (يسري، ٢٠٠٢م: ٣٩).

ويعد نموذج لازروس Lazarous ، من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل، وحددها في ثلاثة عوامل رئيسة هي:

١ -البنية الداخلية للفرد.

٢ -الأسلوب الإدراكي المعرفي.

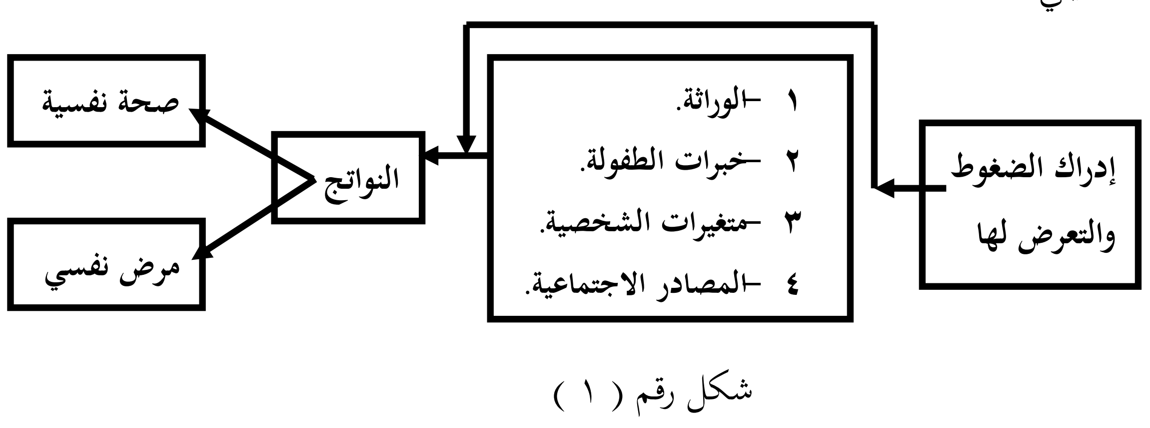
٣ -الشعور بالتهديد والإحباط" (عودة، ١٤٣١هـ: ٧٩).

و"كان من نتاج تفهم واقتناع كوباز ا بآراء من سبقوها أمثال : ماسلو، وروجرز، وفرانكل، وماوي، والمنظور المعرفي للازاروسي أن وضعت الأساس التجريبي لنظرياتها، فقد استطاعت إجراء سلسلة من الدراسات عام ١٩٧٩م، وعام ١٩٨٢م، وعام ١٩٨٣م، وعام ١٩٨٥م للبرهان على الافتراض الأساسي لنظرياتها والقائل بأن التعر ض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً، بل إنه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه ا لانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية وا لاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر : الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، والتحكم، والتحدي) وانتهت بالتوصل إلى صياغة نظرياتها والتي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية على الرغم من تعرضه للمشقة وذلك على عينات مختلفة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا، ومن المحامين ورجال الأعمال ممن تراوحت أعمارهم بين ٣٢ – ٦٥ عاماً، وتم تطبيق اختبار الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة لكوبازا، واختبار وايلر للمرض الجسمي والنفسي واختبار هولمز وراهي لأحداث الحياة الشاقة، وأظهرت نتائجها إلى الكشف عن مصدر جديد

في مجال الوقاية من الإصابة با لاضطرابات النفسية والجسمية، وهو الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، والتحكم، والتحدي) مؤكدة أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير نفسي يخفف من وقع الأحداث الشاقة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون، كما تتأصل الصلابة النفسية في مرحلة الطفولة من خلال معايشة الخبرات المعززة التي تثري الشخصية وتقوي دعائمها ،وتظهر من خلال المشاعر والسلوكيات التي تتصف بالالتزام والتحكم والتحدي (الدبور، ٢٠٠٧م: ٣٢).

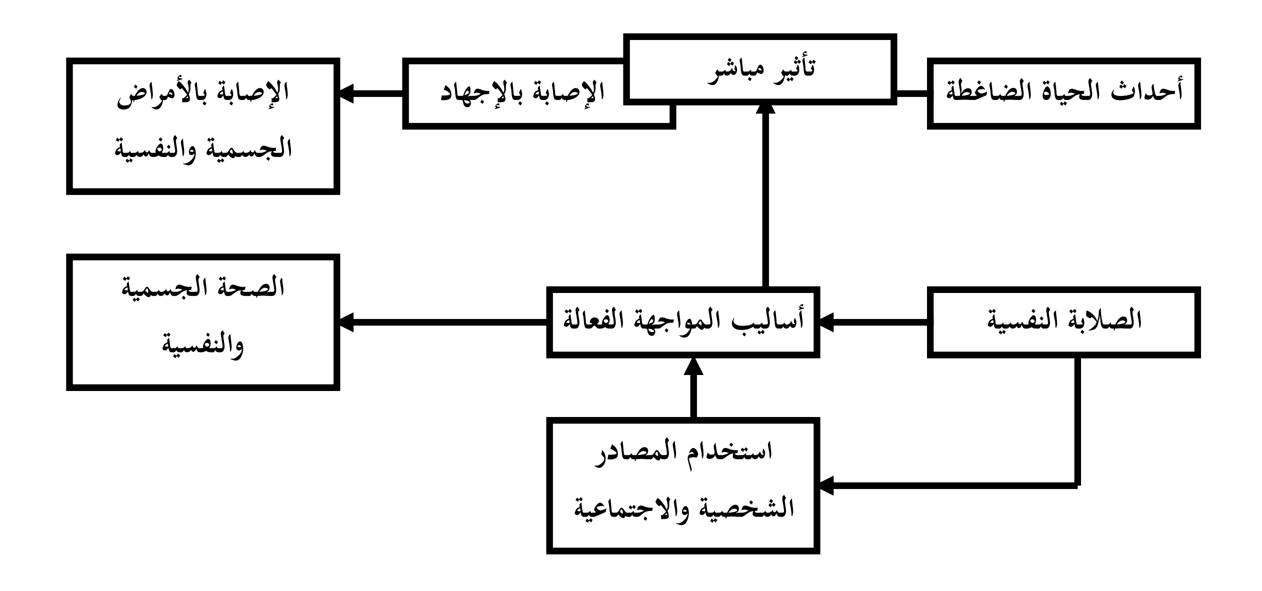
نموذج كوبازا في الصلابة النفسية:

رأت كوبازا Kobasa أن السبب في عدم تأثر الأشخاص بالضغوط هـ و العوامل الوسيطة Mediators بين التعرض للضغوط ونواتجها، وقدمت كوبازا نموذجها الأول عن العلاقة بين الضغوط والأمراض Stress and illness connection في سنة (١٩٧٩م) وهذا النموذج كما يلي:



شكل رقم (١)

يوضح نموذج Kobasa وجود علاقة مباشرة بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها (الصحة الجسمية والنفسية، والمرض النفسي والجسمي)، ووجود علاقة غير مباشرة بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها، حيث إن المتغيرات الوسيطة، من وجهة نظر كوبازا تؤثر في إدراك الضغوط وفي نواتج الضغوط، ومن ثم بدأت كوبازا تركز على المتغيرات الوسيطة . وفي سنة ١٩٨٣م قدمت كوبازا نموذجاً عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة كما يلي:



شكل رقم (٢)

ويوضح الشكل السابق أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي يقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط ، وتزيد من استخدام الفرد لأساليب المواجهة الفعالة، وتزيد أيضاً من العمل على استخدام الفرد لمصادرهالشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الضاغطة (مخيمر، ٢٠١١م: ١٨).

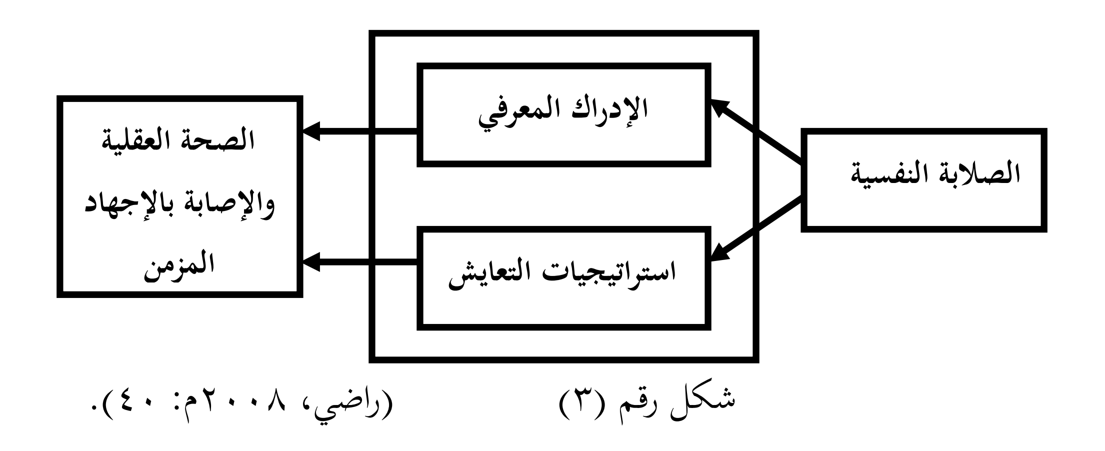
ثانياً: نموذج فنك (Funk) المحلل لنظرية كوبازا (Kobasa,1979):

لقد ظهر حديثاً في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحدث النماذج الحديثة المطورة التي قدمها فنك (Funk, 1992) من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش ا لانفعالي من ناحية ، والصحة العقلية من ناحية أخرى، على عينة قوامها (١٦٧ جندياً إسرائيلياً)، وقد اعتمد في تحديده لدور الصلابة النفسية على المواقف الشاقة الواقعية ، وقام بعمل القياس لمتغير الصلابة والإدراك المعرفي للأحداث الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية العنيفة التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر، وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصل إلى نتائج مهمة وهي : ارتباط مكون ا لالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد من خلال تخفيض الشعور بالتهديد، واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خصوصاً إستراتيجية ضبط ا لانفعال، حيث ارتبط بعد التحكم

إيجابياً بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

وقام فنك Funk بإجراء دراسة أخرى في عام (١٩٩٥م) تحمل الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى، وعلى عينة من الجنود الإسرائيليين أيضاً، واستخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين في هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم ، حتى وإن تعارضت مع ميولهم واستعداد اتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة، ولقياس الصلابة النفسية، وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية ، وطرق التعايش قبل فترة التدريب ، وبعد الانتهاء منها تم التوصل إلى نفس نتائج الدراسة الأولى (عودة، ١٤٣١هـ: ٨٠).

ثم طرح فنك نموذجه المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها.



شكل رقم (٣) (راضي، ٢٠٠٨م: ٤٠).

الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية:

حددت كوبازا Kobasa الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية في أنها:

١ - تخفف من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث والوقاية من الإجهاد المزمن.

٢ - ترتبط المواجهة الفعالة للضغوط والتوافق الصحي معها.

٣ - تغير الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة.

٤ - تدعم عمل متغيرات المقاومة والمتغيرات المساعدة على سلامة الأداء النفسي (مخيمر، ٢٠١١م: ١٨).

خصائص الصلابة النفسية:

حصر (Taylor,1995:261) خصائص الصلابة النفسية فيما يلي:

- الإحساس بالالتزام (Son so of Commitment) أو النية لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم.
- الإيمان (الاعتقاد) بالسيطرة (Belief of control) الإحساس بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته، وأن الشخص يستطيع أن يؤثر على بيئته.
- الرغبة في إحداث التغيير ومواجهة الأنشطة التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للنماء والتطوير.

أولاً: خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة:

توصلت كوبازا من سلسلة دراساتها (1983, 1982, 1979) وكذلك مادي وآخرون (١٩٩٨م) إلى أن أهم خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة Personality Theology كما يلي:

- وجود نظام قيمي ديني لديهم يقيهم من الوقوع في الانحراف، أو الأمراض، أو الإدمان.
- وجود أهداف في حياتهم ومعاني يتمسكون بها ويرتبطون بها.
- الالتزام والمساندة للآخرين عند الحاجة.
- المبادأة والنشاط.
- المثابرة وبذل الجهد والقدرة على التحمل والعمل تحت الضغوط.
- القدرة على الإنجاز والإبداع.
- الميل للقيادة.
- القدرة على الصمود والمقاومة.
- التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة.
- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة.
- الهدوء والقدرة على التنظيم الانفعالي والتحكم في الانفعالات.
- إدراك التحكم الداخلي.

- التحكم المعرفي: أي القدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة.
- الاعتقاد بأن النجاح في الحياة يعود للعمل والمجهود، وليس للصدفة أو الحظ والظروف.
- القدرة على تحقيق الذات.
- يتسمون بإتقان العمل والدراسة.
- الواقعية والموضوعية في تقييم الذات والأحداث، ووضع الأهداف المستقبلية.
- الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات.
- الاهتمام بالبيئة، والمشاركة الفعالة في الحفاظ عليها.
- توقع المشكلات والاستعداد لها.
- القدرة على التجديد والارتقاء.
- الشعور بالرضا عن الذات.
- اعتبار أن الأحداث الضاغطة أمر طبيعي، وليس تهديداً لهم.
- الممارسات الصحية (نظام غذائي، وممارسة الرياضة، وعدم التدخين).
- تزداد صلابتهم النفسية مع التقدم في العمر، فهي حالة نمو مستمر.
- اقتحام المشكلات لحلها، وعدم انتظار حدوثها.
- الرغبة في استكشاف البيئة، ومعرفة ما يجهلونه.
- الصحة الجسمية (مخيمر، ٢٠١١م: ١٩).

وبين كل من دبلار، ١٩٩٠م ؛كوزي، ١٩٩١م؛كريستوفر، ١٩٩٦م،أن أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة لديهم أعراض نفسية وجسمية قليلة، وغير منهكين، ولديهم تمركز كبير حول الذات، ويتمتعون بالإنجاز الشخصي، ولديهم القدرة على التحمل ا لاجتماعي، وارتفاع الواقعية نحو العمل، ولديهم نزعة تفاؤلية، وأكثر توجهاً للحياة، ويمكنهم التغلب على الاضطرابات النفس جسمية، وتلاشي الإجهاد (أبو ندى، ٢٠٠٧م: ٣١-٣٢)

ثانياً: خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

تتمثل في اتصافهم بعدم الشعور بهدف لأنفسهم ، ولا معنى لحياتهم، ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية، ويتوقعون التهديد المستمر ، والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة،

ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية، وليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد وا لارتقاء، كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم، وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة (راضي، ٢٠٠٨م: ٤٢).

ويعد الباحث أن الخصائص السابقة لذوي الصلابة النفسية المنخفضة لاتتفق معه من وجهة نظره كونها سمات تتفاوت بين الأفراد وتعمل المواقف والأحداث والتدريب على تنميتها تدريجياً، لذلك لايعني أن من انخفضت لدية الصلابة النفسية من الضروري أن يكون لايشعر بهدف ولامعنى لحياته ويتصفون بالسلبية .

ب) أحداث الحياة الضاغطة Stressful Life Events:

يتعرض الفرد في حياته اليومية إلى العديد من أحداث الحياة الضاغطة بما فيها من ضغوط العمل والدراسة، والضغوط ا لاقتصادية، والضغوط الأسرية، والضغوط الصحية، وضغوط العلاقات بالآخرين، وضغوط تربية الأبناء، بل وتغيرات اجتماعية وتكنولوجية، وتغيرات في القيم، الأمر الذي قد يضاعف من حدة وقع أزمات النمو، وقد يجعل الفرد أكثر قلقاً واكتئاباً ومعادياً للسلطة أياً كانت، وينزع إلى العزلة والوحدة النفسية كإجراء وقائي يحميه من ضغوط عديدة هو في غنى عنها (عبد الرازق، ٢٠٠٦م: ٢٢٣).

كما أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات، وإن كان ذلك بدرجات متفاوتة، ويحدد هذا التفاوت عدة عوامل من بين أهمها : طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها، وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل، والاعتماد المتبادل بين المؤسسات والأفراد، وندرة الموارد، وشدة الصراع للفوز بجانب من تلك الموارد والمزايا، وكذلك تعاظم سرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات، وما تفرضه على نمط الحياة فيها، لدرجة دعت الكثيرين لتسمية العصر الحديث بعصر الضغوط. وبالتالي أصبحت الضغوط النفسية هي سمة العصر (بخش، ٢٠٠٧م: ١٦).

لذا يمكن النظر إلى الضغوط على أنها عملية تتضمن ثلاثة أبعاد : الأحداث البيئية الضاغطة، وتقييم الفرد أو حكمه المعرفي على هذه الأحداث، وما إذا كان الموقف يمثل تهديداً له أم لا؟ وهذا الإدراك يلعب دوراً مهماً في نتائج الأحداث التي يتعرض لها الفرد في حياته، وأخيراً استجابات التعامل مع هذه الضغوط، وما إذا كانت لدى الفرد القدرة على التعامل معها أم لا ؟ (مؤمن، ٢٠٠٤م: ٤٣٥).

ومن ثم فأي تغير في الحياة يبعدنا عن التوازن لفترة من الوقت، ويجبرنا على المواجهة، يشكل مجموعة من الضغوط الأساسية، وهذه الضغوط قد تكون موجبة مثل الزواج، والبدء في عمل جديد، والانتقال لمدينة جديدة، والترقية، أو قد تكون سلبية مثل الطلاق، موت صديق أو أحد أفراد الأسرة، وغيرها من التغيرات والأحداث التي تطرأ على الفرد (إسماعيل، ٢٠٠٤م: ٢٣).

ومما لا شك فيه أن أحداث الحياة اليومية تحمل ضغوطاً يدركها الإنسان عندما يساير باستمرار المواقف المختلفة في حياته، حيث إن الأحداث اليومية تلاحقه في حله وترحاله، حيث يتعرض يومياً للأزمات التي يقف أمامها عاجزاً عن حلها . كما أنه تتسارع في عصرنا الحالي أحداث الحياة اليومية، حتى أن البعض منا لم يعد في استطاعته مسايرة متطلبات الحياة، الأمر الذي جعله يخضع لضغوط الحياة، ويستجيب للعديد من مظاهر ا لاضطرابات النفسية المتباينة (أبو مصطفى والسميري، ٢٠٠٧م: ٣٤٩).

مفهوم أحداث الحياة الضاغطة Life Stress Events:

اهتم علماء النفس بأحداث الحياة Life Events كمدخل لدراسة الضغوط التي تنعكس على الحالة الجسمية والنفسية للإنسان، حيث تعتبر الأحداث المزعجة أو الصادمة بمثابة القشة التي قسمت ظهر البعير، ولقد عرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي DSMIII أحداث الحياة الضاغطة بأنها : "أي حرمان يثقل كاهل الإنسان نتيجة لمروره بخبرة غير مريحة كالمرض أو فقدان المهنة، أو الصراع الزواجي" (عبد المعطي، ٢٠٠٦م: ١٨٩).

ويعرفها جودة (٢٠٠٤م :٦٧١) بأنها: "سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها طلاب الجامعة سواء في إطار الجامعة أم خارجها، وتتطلب منهم سرعة التوافق في مواجهتها، لتجنب ما ينتج عنها من آثار سلبية على المستوى النفسي، والجسمي، والاجتماعي" .

ويعرفها طاهر (١٩٩٣م :٣٦) بأنها : "تلك العوامل الخارجية أو الداخلية الضاغطة على الفرد ككل أو على أي عنصر فيه، الأمر الذي يؤدي إلى الشعور بالتوتر أو الاختلال في تكامل شخصيته، وعندما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقده قدرته على التوازن،

ويغير نمط سلوكه مما كان هو عليه إلى نمط جديد" .

ويعرفها كابلن Kaplan على أنها: "الأحداث الخارجية التي تمثل مطالب التكيف لدى الفرد وهي تعتبر محل اختبار له إن كان سينجح في التكيف مع هذه المطالب أم لا؟ وفي حالة فشل الفرد في التكيف يصاب بالمشكلات النفسية الجسمية" (محمود، ٢٠١٠م: ٥٨٢).

ويعرفها عبد الرازق (٢٠٠٦م :٤٢٦) على أنها : "أي تغير مفاجئ – إيجابي كان أم سلبي – في نمط حياة الفرد يفوق إمكاناته وقدراته على التعامل معه، ويتطلب منه المواجهة بكل ما يتاح له من إمكانيات شخصية واجتماعية بغرض التكيف والرجوع إلى حالته الطبيعية التي كان عليها قبل هذا التغيير بما يحقق له أكبر قدر من الصحة الجسمية والنفسية، علماً بأن ردود أفعال الفرد لهذا التغيير المفاجئ قد تكون فسيولوجية أو نفسية، أو سلوكية".

وتعرف شقير (٢٠٠٢م :٤) أحداث الحياة الضاغطة بأنها : "مجموعة من المصادر الداخلية والخارجية الضاغطة ، والتي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى" .

ويعرف إبراهيم (١٩٩٨م) أحداث الحياة الضاغطة على :"أنها أي شيء من شأنه أن يؤدي إلى استجا بة انفعالية حادة ومستمرة، ويمكن أن تكون مصادر الضغط من الخارج ، كالضغوط الأسرية بما فيها الصراعات والخلافات الأسرية، والطلاق، وا لانفصال، والضغوط الاجتماعية ،كالتفاعل مع الآخرين، والعزلة، وضغوط العمل، وضغوط ا لانتقال، أو قد تكون مصادر الضغوط داخلية كالإصابة بالأمراض" (إبراهيم، ١٩٩٨م: ١١٩).

ويتبنى الباحث تعريف شقير (٢٠٠٢م) حيث يرى الباحث أن الأحداث الحياتية الضاغطة هي ما يتعرض له الفرد من مواقف خارجية أسرية ، أو اجتماعية أو اقتصادية ، فهو جزء من الأسرة إن كانت مستقرة أدى ذلك الاستقرار النفسي له ، كما أن تفاعله ووجود القبول غير مشروط من المج تم ع المحيط به ينعكس على استقراره النفسي ، ولا يقل الوضع الاقتصادي للفرد أهمية ، أو داخلية سواء كانت في مراحل النمو للفرد أو ما يصيبه من أمراض يشعر معها بالعجز ، وصعوبة تقبل المرحلة الجديدة مما يجعله عرضة للأزمات خصوصاً عندما يفتقد للدعم والمساندة.

خصائص الأحداث الضاغطة التي يمر بها الفرد:

١ -إن المثير أو الحدث الضاغط يخرج عن نطاق ما يألفه الإنسان.

٢ -إن المثير الضاغط يثقل القدرة التوافقية للفرد، فهو يشكل تهديداً لذاته أو للآخرين من حوله امتداداً من الدائرة الصعبة.

٣ -إن المثير أو الحدث الضاغط يحدث أثراً نفسياً سلبياً من الشعور بالعجز أو الخوف أو معاناة الاضطراب الانفعالي في مواجهة الحدث.

٤ -إن المثير أو الحدث الضاغط يختزن في ذاكرة الفرد مفرزاً اضطرابات انفعالية وجدانية وصحية وسلوكية.

٥ -إن التأثيرات المباشرة، أو غير المباشرة (بعيدة المدى) تتوقف على مدى حدة أو استمرارية المثير أو الحدث الضاغط (عبد المعطي، ٢٠٠٦م: ٢٣).

أنواع الضغوط النفسية:

تتعدد الضغوط النفسية تبعاً لتعدد مدارس علم النفس ، ويشير الخطيب إلى أن هناك عدة أنواع منها:

١ - ضغوط غير حادة : وينتج عنها استجابات طفيفة مع مجموعة علامات الضغط وأعراضه التي من السهولة ملاحظتها.

٢ - ضغوط حادة: وينتج عنها استجابات شديدة القوة لدرجة أنها تتجاوز قدرة الفرد على المواجهة.

٣ - ضغوط متأخرة: وهي لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث.

٤ - ضغوط بعد الصدمة : وهي ناتجة عن حوادث عنيفة ، وتترك أثارها على الكائن الحي بشكل طويل المدى (الغرير وأبو أسعد ٢٠٠٩م: ٢٨).

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

١ – نظرية هانز سيلي Selye:

يرى سيلي أن الضغوط تتكون من تلك المجموعة من ردود الأفعال التي أطلق عليها عرض التكيف العام (General Adaptation Syndrome) في كتابه (فسيولوجية وباثولوجية التعرض للشدائد)، ولقد كان متأثراً بفكرة أن معظم الكائنات البشرية لها رد فعل للشدائد والضغوط عن طريق تنمية أعراض غير نوعية، وذكر أنه توجد أشكال عديدة من الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها الفرد نتيجة تلف الأنسجة الجسمية ، أو التلوث، أو التعب والألم والإحباط والصراع، وأن هذه الضغوط تحدث ثلاث مراحل لعرض التكيف العام في تفاعل الفرد معها:

الأولى: مرحلة إنذار (التنبيه) Alarm وفيها يتم استثارة الجهاز العصبي المستقل، والجهاز الغد دي، ويظهر الجسم تغيرات مميزة للتعرض المبدئي الضاغ ط، وفي نفس الوقت ينخفض مستوى المقاومة.

الثانية : مرحلة المقاومة Resistance وفيها يحاول الجسم التكيف مع المطالب الفسيولوجية التي تقع على كاهله، وذلك بمقاومة مصدر التهديد، وعندما يكون الضاغط مستمراً يتم استنزاف طاقة الجسم على المقاومة ويدخل الكائن الحي في المرحلة الثالثة.

الثالثة : مرحلة ا لاستنزاف (الإنهاك) Exhaustion وفيها تنهك ط اقة الكائن اللازمة للتكيف، ويحدث ا لانهيار الصحي ومعاناة الجسم من تلف أو ضرر لا يمكن إيقافه بعد التعرض لفترة طويلة لمثير ضاغط، وقد تظهر علامات استجابة الإنذ ار من جديد، أو بموت الكائن الحي (عبد المعطي، ٢٠٠٦م: ٢٤).

ومما سبق يرى الباحث أن نظرية سيلي تركز في مو اجهة الضغوط على ردة الفعل الفسيولوجي ،و أهملت جوانب أخرى لمواجهة الضغوط مثل الجوانب الانفعالية والعقلية.

٢ – نظرية موراي Murray:

ينفرد موراي Murray بين منظري الشخصية بعمق الفهم للديناميات التي تحدث في داخل الكائن البشري ويصل موراي Murray إلى مستوى عال من الدينامية النفسية عندما يتعرض لمفهوم الحاجة Need ومفهوم الضغط Stress ويعتبرهما مفهومين مركزيين وتكافئين لا

يمكن الفصل بينهما، ويعتبر موراي أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان في فهم الشخصية وتفسير السلوك الإنساني، على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة ويعرف الضغط بأنه : "صفة أو خاصية لموضوع بيئي أو لشخص تيسر أو تعوق مجهود الفرد للوصول لهدف معين ". وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباش رة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته ، وإن ضغط الموضوع هو ما يستطيع أن يفعله في أمر ما للشخص، أي أن القوة التي تتوافر لدى الموضوع تؤثر في رفاهية الشخص بطريق أو بآخر.

ويميز في هذا الصدد بين نوعين من الضغوط هما:

أ - **ضغط بيتا** Beta Stress ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والشخصية كما يدركها الفرد.

ب -**ضغط ألفا** Alpha Stress ويشير إلى خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع (يس، ٢٠٠١م: ٣٢).

٣- نظرية هولمز وراه:

يتفق توماس هولمز وريتشارد راه (Richard Rah Thomas Holmes, 1976) مع سيلي في أن الضغوط النفسية يمكن أن يكون لها تأثيرات بدنية غير أنهما وزملائهما قد ركزوا على ضغوط أحداث الحياة Events of life stress وخرجوا بنموذج أحداث الحياة المسببة للضغوط The stress full life events model والذي يشير إلى أن ردود الفعل للضغط يمكن أن تكون إيجابية أو سلبية، وتتضمن أي جانب من حياة الفرد بما في ذلك الأسرة والمهنة (عبد المعطي، ٢٠٠٦م: ٢٩).

٤- نظرية سبيلرجر Spielberger:

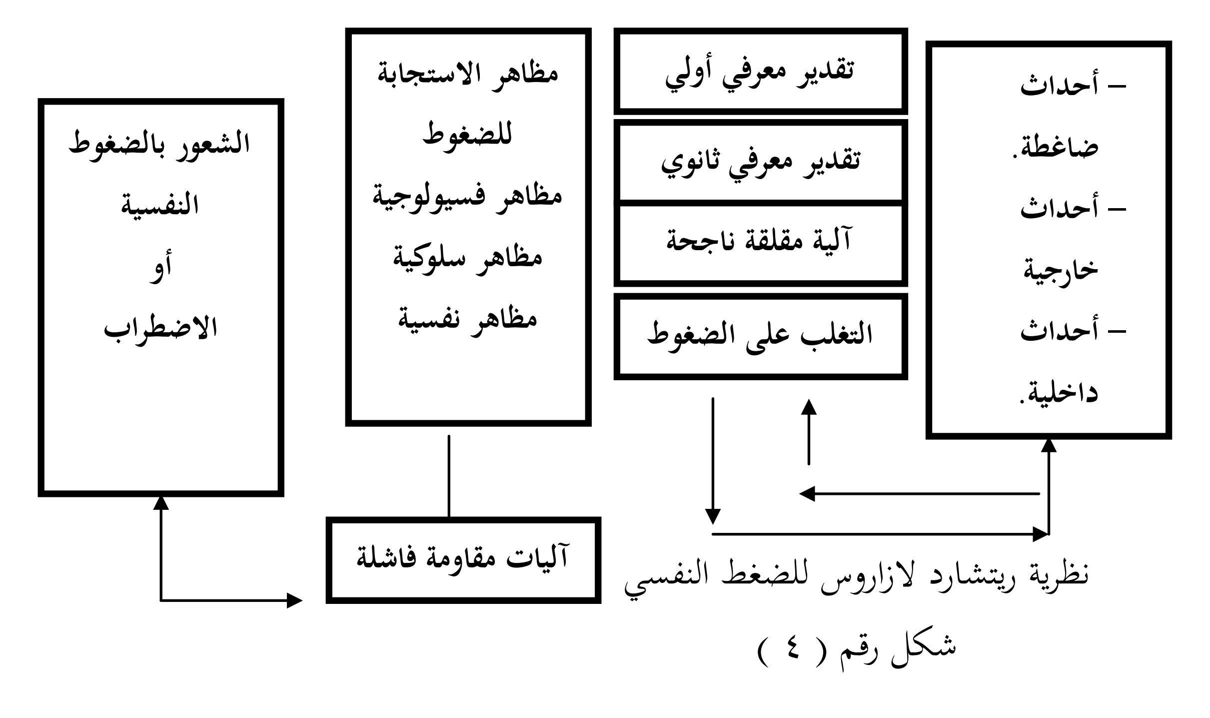
يعتبر فهم نظرية سبيلرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط عنده . فلقد أقام نظريته في القلق على أساس التميز بين قلق السمة Anxiety Trait وقلق الحالة Anxiety State ويقول: إن للقلق شقين : سمة القلق أو القلق العصابي أو المزمن وهو استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية وقلق الحالة وهو قلق

موضوعي أو موقفي ويعتمد على الظروف الضاغطة (إبراهيم، ١٩٩٨م: ١٩-٢٠).

وتعتبر نظرية سبيلرجر من أهم النظريات التي ألقت الضوء على القلق في التعرف على تعرض الشخص للضغط أم لا؟ والتعرف من خلاله على شدة هذا الضغط بدرجة القلق التي يعاني منها الشخص (محمد، ١٤٢٦هـ: ٤٣).

٥- نظرية "ريتشارد لازاروس وآخرون" Lazarus Richard et al:

وقد أسماه لازاروس Lazorus (١٩٦٦م) بنموذج التقدير أو التقييم المعرفي ، وتم تطويره (١٩٧٧م) ويميز بين نوعين من التقييم المعرفي (التقييم الأولي): وهو عبارة عن إدراك الفرد للموقف الضاغط . (التقييم الثانوي) ويشير إلى الوسائل المتبعة لمواجهة هذا الضغط أو الأثر المحتمل في الموقف، ويشير لازاروس أن شعور الفرد بالتهديد والعجز عن السيطرة على الموقف يتوقف على تقييمه المعرفي بهذا الموقف، ويتفاعل إدرا ك الفرد للتهديد نحو ذاته في موقف ما على طبيعة السمة التي تجعله في حالة توتر وقلق وشعور بالضغط.



نظرية ريتشارد لازاروس للضغط النفسي

شكل رقم (٤)

ويتضح من الشكل السابق أن لازاروس وكوهين قد ميزا بين نوعين من الأحداث الضاغطة، أحدهما يعرف بالأحداث الضاغطة الخارجية وهي عبارة عن الأحداث البيئية المحيطة بالفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة التي تحدث كل يوم إلى الأحداث القوية، أما النوع الثاني

من الأحداث فيعرف عادةً بالأحداث الداخلية ، وهي عبارة عن مجموعة الأحداث الشخصية التي تتكون من خلال التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي . والواضح أن هذا النموذج يؤكد على أهمية إدراك الفرد وتقديره للأحداث التي يتعرض لها في الشعور بالضغط، كما يشير أيضاً إلى آليات التوافق لتلك الأحداث فإذا كانت فاشلة فإنه ا تؤدي إلى المرض (الضغوط)، أما إذا كانت ناجحة فإن آليات التوافق تجعل الفرد يتغلب عليها. (يس، ٢٠٠١م: ٣٥-٣٦).

٦- نظرية إلياس وآخرون Elias, et al:

حيث استخدم إلياس وآخرون نظرية تغير الحياة وأحداث الحياة لتحليل الضغوط النفسية للمرحلة الوسطى، وجوهر هذه النظرية تفترض بأن المصادر الضاغطة يجب أن ينظروا إليها على أنها ليست أحداثاً رئيسية، ولكن الأفضل من ذلك أنه يوجد مهام تتطلب (التكيف مع العمل) للسيطرة على أي تغيير يحدث في الحياة على الأقل.

فهناك خمس مهام رئيسية يجب أن توجه :

١ - ضبط التعديل في وصف الدور والسلوكيات المتوقعة.

٢ - إعادة تقييم الذات داخل شبكة العمل الاجتماعية.

٣ - إعادة تقييم شخصية الفرد وتأييد المصادر الاجتماعية.

٤ - إعادة تطور التقييم المعرفي اليومي العالمي للشخص وإعداده طبقاً للتفاعلات.

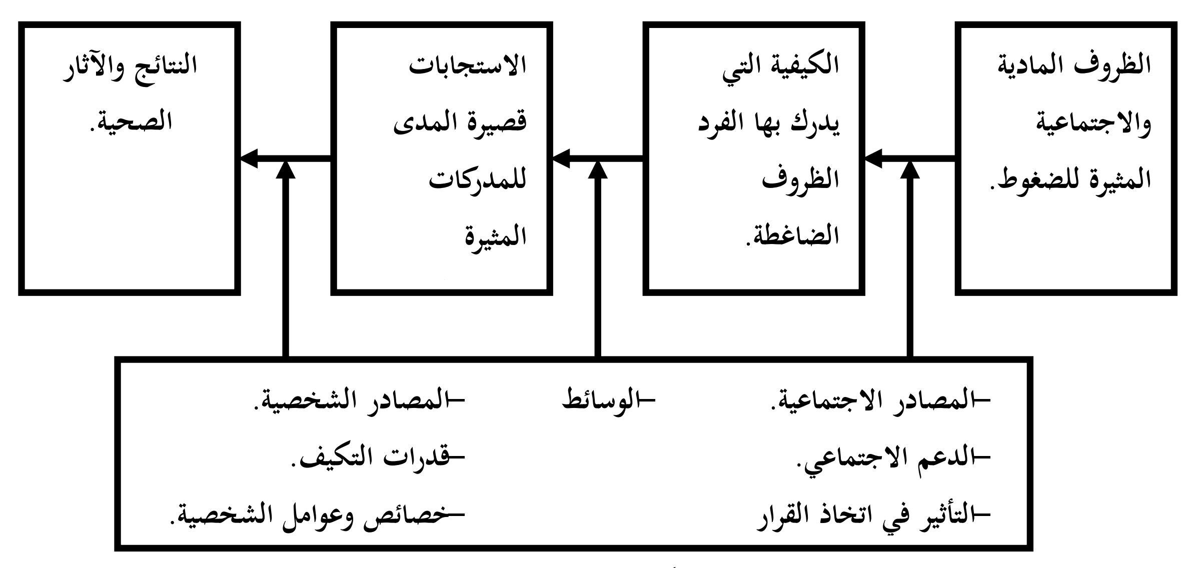
٥ - التحكم في الضغوط التي يرتبط بها التو قعات غير الفعلية عن المواقف الكلية (مدبولي، ١٩٩٥م: ٣٤).

٧- النظرية الانفعالية لسكولور (Schooler):

توضح هذه النظرية أن هناك ارتباطاً قوياً بين الضغوط النفسية ورد الفعل ا لانفعالي حتى أن البعض ذهب إلى تعريف الضغوط النفسية ارتباطاً بتأثيرها ا لانفعالي بأنها :"كل ما هو غير سار ، أو مقلق، أو هي مطلب شديد الإلحاح "، وأكثر الانفعالات شيوعاً كردود الأفعال الانفعالية للمواقف الضاغطة هي القلق والغضب وا لاكتئاب وغيرها من ا لانفعالات غير السارة، وإذا استمر الموقف الضاغط فإن مواقف الفرد تزداد اضطراباً (الطلاع، ٢٠٠٠م: ٢٣).

مراحل تكون الضغوط:

بين الطريري (١٩٩٤م) الكيفية التي تتكون من خلالها ضغوط الحياة وكذلك العناصر والمتغيرات الداخلة في تكوينها في النموذج التالي:

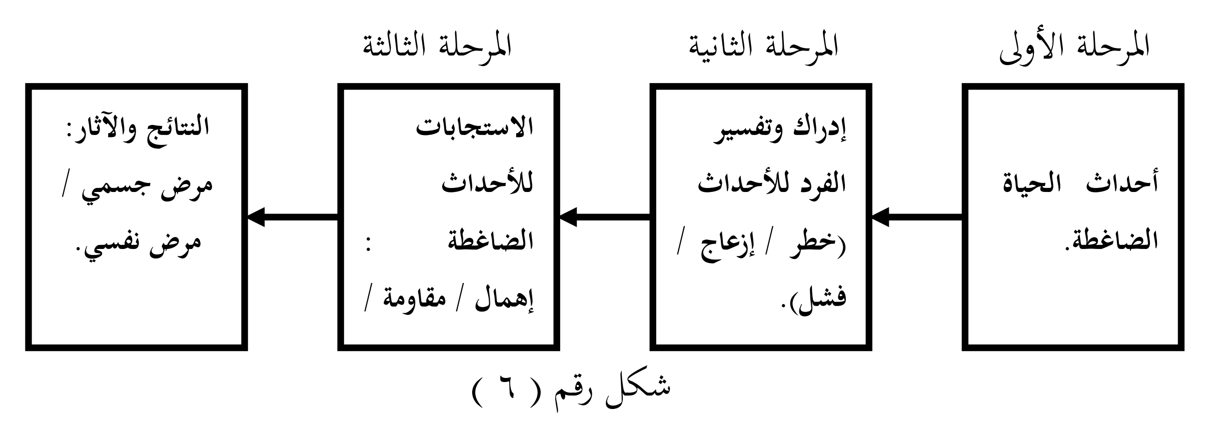


شكل رقم (٥)

(مراحل تكون ضغوط الحياة مع مجموعة العناصر الداخلة في تكوينها)

ومن خلال الشكل المبين يتضح أنه يتضمن مجموعة من المراحل بلغت أربع مراحل وهي : الظروف المادية وغير المادية المثيرة للضغوط، وعملية الإدراك ثم الاستجابات قصيرة المدى، ومن ثم النتائج والآثار الصحية ،بالإضافة إلى الوسائط والمتمثلة في المصادر الاجتماعية والشخصية، وهناك تصور آخر حول الضغوط يختلف في بعض الأشياء عما ورد في الشكل أعلاه، وفي نفس الوقت يتفق في عناصر أخرى، وهذا التصور الثاني يتضح منه أن الضغوط تشتمل على أربع مراحل تتضمن : عناصر الظروف وأحداث الحياة الضاغطة، عملية الإدراك، وتفسيراً للمثيرات، ثم الاستجابات المتمثلة في الإهمال، المقاومة، المواجهة، الهروب، وأخيراً يأتي دور النتائج والآثار المترتبة.

ولعله من الملاحظ أن هذا الشكل الثاني لا يتضمن عناصر الوسائط سواء كانت شخصية أم اجتماعية.



شكل رقم (٦)

(مراحل تكون الضغوط بدون المتغيرات الوسيطة) (الطريري، ١٩٩٤م: ١٨-٢٠).

أنواع الضغوط:

أشار سيلي Selye إلى نوعين من الضغط النفسي هما : "

أ) أولا : الضغط النفسي السيىء "Bad Stress" : وهذا يزيد من حجم المتطلبات على الفرد ويسمى كذلك "Distress" مثل فقدان عمل، أو فقدان عزيز.

ب) ثانيا : الضغط النفسي الجيد"Good Stress " : وهذا يؤدي إلى إعادة التكيف مع أو البيئة المحيطة كولادة طفل جديد ، أو سفر في عمل ، أو بعثة دراسية " (الغرير و أبو أسعد ، ٢٠٠٩م : ٢٩).

وهناك تصنيف آخر للضغوط كما يلي:

١- الضغوط المؤقتة والضغوط المزمنة:

أ) الضغوط المؤقتة : هي التي تحيط بالفرد لفترة وجيزة ثم تنقشع، مثل الضغوط الناشئة عن ا لامتحانات ، أو مواجهة موقف صعب مفاجئ ، أو الزواج الحديث ، إلى غير ذلك من الظروف المؤقتة التي لا يدوم أثرها لفترة طويلة، ومثل هذه الضغوط تكون سرية في معظمها، إلا إذا كان الموقف الضاغط أشد صعوبة من مقدرة الفرد على التحمل مثلما يحدث مع المواقف الشديدة الضاغطة التي تؤدي إلى الصدمة العصبية.

ب) الضغوط المزمنة : فتتمثل في الضغوط التي تحيط بالفرد لفترة طويلة نسبياً، مثل تعرض الفرد لآلام مزمنة ، أو وج ود الفرد في أجواء اجتماعية واقتصادية غير ملائمة بشكل مستمر.

٢- الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية:

أ) الضغوط الإيجابية : هي تلك الضغوط التي تحدث توتراً يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرضا، أي الاتزان النفسي كأن يدعوك رئيسك في العمل لتتسلم مكافأة نظير نجاحك في عمل ما.

ب) الضغوط السلبية : فهي الأحداث التي تؤدي إلى التوتر والتي تؤدي بدورها إلى الشعور بالتعاسة والإحباط وعدم السرور أي عدم الاتزان النفسي، كأن تفقد مفاتيح منزلك فتتأخر عن موعد هام، وفي كلا الموقفين يشعر الفرد بالتوتر، ولكن مع اختلاف تأثير الموقف على الفرد (محمد، ١٤٢٦هـ: ٥٣).

ويرى الباحث أن القلق الذي يسبق الاستعداد للمناقشة أحد الضغوط الإيجابية التي دفعتني لبذل قصارى جهدي لإتمام هذا البحث ، كذلك قلق الاختبارات الذي يدفع الطالب إلى بذل مزيداً من الجهد والحرص مما يجعله يحقق النجاح والسعادة بعد ذلك.

كما يرى الباحث أن أحداث الحياة الضاغطة التي يواجهها الفرد عبر مراحل نموه المختلفة تتنوع وتتشكل، وقد تسبب له بعض الاضطرابات النفسية والجسمية إذا لم تكن لديه القدرة على التحمل والمواجهة بشكل فعال.

مصادر الضغوط:

ينشأ الضغط النفسي حينما تكون هناك متطلبات وأعباء ملقاة على عاتق الفرد تزيد من إمكاناته النفسية وقدرته على مواجهتها (أبو السريع و رمضان، ١٩٩٣م: ١٩).

وأشار الخولي (٢٠١٠م :١٩١م) أن مصادر الضغوط تعددت ، وتنوعت ، وكشفت عنها العديد من الدراسات الوصفية والإكلينيكية ، وهي :" الضغوط المهنية والاجتماعية، والضغوط العائلية للفرد – المنظمة – البيئة – اللعب الزائد – المرتب غير المناسب – أسلوب الإدارة – عدم التخصص – عموم الدور – البيروقراطية – المركزية ".

وتشير الحلو (٢٠٠٤م : ١٩-٢٠) إلى أن المواقف التي يمر بها الفرد على نوعين :" مواقف تحدث في البيئة الموضوعية وأخرى تحدث في البيئة النفسية، والبيئة الموضوعية التي تكون

على نوعين: البيئة الطبيعية والبيئة ا لاجتماعية، فالبيئة الطبيعية تشتمل على البيانات والشوارع والبيوت ودرجة الحرارة ، والبيئة ا لاجتماعية تشتمل على القانون والأعراف والقيم والمجتمع والناس.

أما البيئة النفسية فهي تلك البيئة التي يدركها الفرد أي إدراكه للعالم المحيط به من أحداث وأشياء وعلاقات اجتماعية ويتأثر هذا الإدراك بالخصائص الشخصية والبيئي . كما أن الموقف هو الذي يقود خصائص الفرد في عملية التفاعل وعلى ذلك يمكن صياغة السلوك وفقاً للمعادلة التالية: السلوك = دالة (الفرد × الموقف)" .

أهم مصادر الضغوط ما يلي:

١- الإحباط Frustration:

وهو يحدث عندما يحال بين الشخص وبين ما يسعى إلى تحقيقه، كذلك قد يكون نتيجة عوائق خارجية مادية مثل المجاعات والكوارث الطبيعية والحرائق والزلازل ، وقد يحدث للإحباط نتيجة عوائق خارجية اجتماعية ، والتي تتمثل في أوجه الخطر والتحريم التي يفرضها المجتمع، وما ينتج عن مخالفتها من عقوبات، وقد يكون الإحباط داخلياً نتيجة قصور معين في الشخصية كالإعاقات البدنية، كذلك قد يكون المرض الجسمي أحد مصادر الضغوط.

٢- الصراع Conflict:

وهو أحد مصادر الضغوط ويحدث عندم ا يكون على الفرد أن يختار بين حاجتين أو هدفين لكل منهما قيمة ومتعدد الأشكال.

٣- الضغط Pressure:

وهو من أهم مصادر الضغوط وقد يكون داخلياً Miner Pressure مثل الطموحات والمثل العليا التي تدفع الإنسان أن يتحمل فوق طاقته وأن يرهق نفسه وذلك إحساساً منه بالمسؤولية الاجتماعية (زينة، ٢٠٠٠م: ٧١).

ومما سبق يرى الباحث أن مصادر الضغوط تعود إلى مصادر داخلية في شخصية الفرد ومراحل نموه أو خارجية توجد في البيئة المحيطة بالفرد سواء الأسرية أو ا لاجتماعية، وقد تجتمع هذه المصادر على الفرد ومن ثم يقع تحت وطأة وأثر الضغوط.

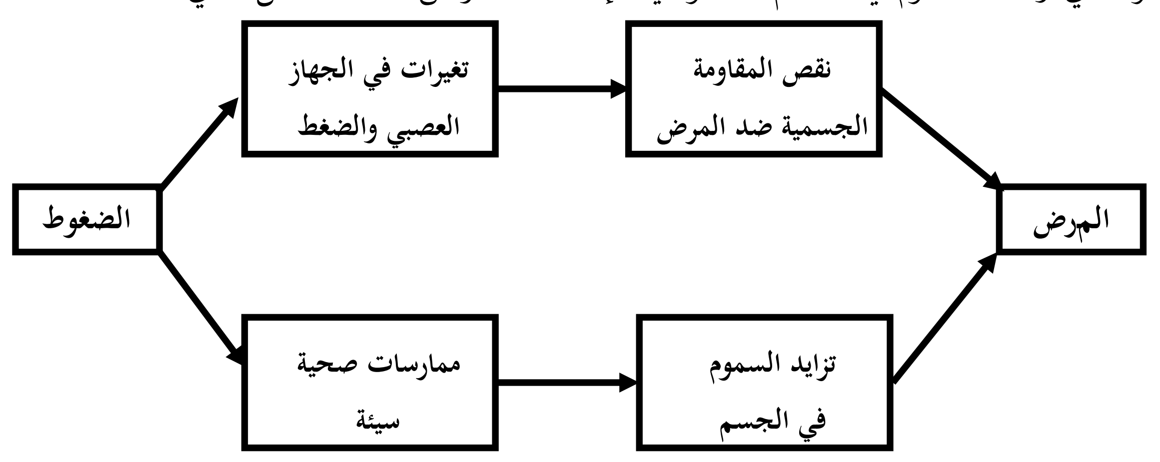
آثار الضغوط:

إن مستويات معينة من الضغط تبدو مفيدة لنا نفسياً، إنها تضيف م تعة الحياة، تجعلنا متأهبين، وتساعدنا على التفكير بمعدل أسرع، ونبذل كثيراً من الجهد، أيضاً تشجعنا على الإحساس بالفائدة والقيمة مع تحديد هدف معين لحياتنا، وأهداف محددة نسعى لإنجازها . أما عندما يذهب الضغط لأبعد المستويات المثلى، فإنه يستنزف طاقاتنا النفسية، ويفسد أدا ءنا ويتركنا غالباً فريسة للإحساس بعدم الفائدة والقيمة، ويفسد علينا الإحساس بالتطلع إلى أهداف مرغوبة (الفرماوي وأبو سريع، ١٩٩٤م: ٢٥-٢٦).

وفيما يلي عرض لآثار الضغوط التي تبعد عن المستويات المثلى، وعلى كيفية الاستجابة لها بمصادرها المختلفة على الفرد.

أولاً: الاستجابات الجسمية:

تأثير الضغوط على الجسم يقلل من فاعلية جهاز المناعة ، وهو أحد الأجهزة الجسمية المكلفة بالدفاع عن الجسم ضد الفيروسات والبكتريا والجسيمات القريبة، ولعل دور الضغط في نقص جهاز المناعة وبالتالي الإصابة بالأمراض المقلقة يرجع إلى أن الضغط يؤثر على الجهاز العصبي المركزي وجهاز الغدد بما يضعف من جهاز المناعة ، وبالتالي التعرض للإصابة بالمرض، كما أن الضغط يدفع الشخص للقيام بممارسات سيئة (كالتدخين، وتعاطي المخدرات) وبالتالي زيادة السموم في الجسم، مما يؤدي للإصابة بالأمراض كما بالشكل التالي:



(Drew Western, 1996)

شكل رقم (٧)

كما يؤدي التعرض المستمر للضغط إلى هبوط مستوى الوظائف البيولوجية ككل نتيجة استمرار الإثارة الفسيولوجية المرتفعة واستمرار إفراز الهرمونات المرتبطة بالضغط (الغدد الإدرينالية) ، وبالتالي حدوث تدهور في الأنسجة الجسمية مثل القلب والأوعية الدموية، ويصبح كفرد أكثر عرضة للإصابة بالكثير من الأمراض كارتفاع ضغط الدم، الربو، أمراض الشريان التاجي، والسرطان، والصداع النصفي، مع انخفاض وضعف فاعلية جهاز المناعة على مقاومة الفيروسات والبكتريا (تفاحة وحسيب، ٢٠٠٢م: ٢٦٧-٢٦٨).

ثانياً: الاستجابات النفسية: وتنقسم إلى عدة أشكال منها:

١- الجوانب المعرفية:

ترى سلامة : "أن إدراك الضغوط من الناحية المعرفية يرتبط بنقص مدة الانتباه والترك يز والذاكرة ، وتزداد الأخطاء، وتقل قدرة الفرد على التخطيط والتنظيم والتفكير " (سلامة، ١٩٩٦م: ٣٣٥).

٢- الاستجابات الانفعالية:

يعرض الفرماوي وأبو سريع أهم التأثيرات ا لانفعالية للضغط الحاد : "كزيادة معدل الوساوس، ويظهر ا لاكتئاب والعجز، ويزداد التوتر الفسيولوجي والنفسي، وتحدث تغييرات في سمات الشخصية، وتزداد المشكلات الشخصية ، وتضعف القيم الأخلاقية والانفعالية، وينخفض الإحساس بتأكيد الذات" (الفرماوي وأبو سريع، ١٩٩٣م: ٢٩).

٣- الاستجابات السلوكية:

إن التعرض للموقف الضاغط يؤدي إلى مجموعة مختلفة من التغيرات السلوكية ، وهذه الاستجابات السلوكية تعتمد على شدة تأثر الفرد بالموقف الضاغط، وخصائص الفرد، والعوامل البيئية المختلفة.

ومن أكثر أمثلة الاستجابات السلوكية شيوعاً هي:

وتشير (سلامة، ١٩٩٦م: ٣٣٥) إلى تأثير الضغوط من الناحية السلوكية في :"(تزداد مشكلات الكلام ،يقل الحماس ، تضطرب عادات النوم ، الأكل ، ينخفض مستوى الطاقة وبذلك الجهد لدى الفرد)".

كما يشير كاندل وجونسون (Kendall & Jonnson) إلى الآثار التي تخلقها الضغوط النفسية التي يواجهها الإنسان ، المتمثلة في :" التشويش العقلي، واضطراب مفهوم الذات والنسيان، وسرعة الاستثارة، والخوف، والقلق، والإحباط، والغضب، وزيادة ضربات القلب والغثيان والتقلصات والعرق، ونوبات الصداع، وتشوش السمع والبطء في الأداء، والحركة الزائدة بدون هدف، واضطراب التفكير، والنكوص، والحزن والشعور بالذنب وكراهية الذات، وسرعة الشعور بالتعب، وكثرة الشكوى من المرض، وكثرة النوم" (إبراهيم، ٢٠٠٢م: ٣٠).

وجميع الدراسات تكاد تجزم على أن للضغوط آثار نفسية تتمثل في الآتي :

- اضطراب إدراك الفرد
- عدم وضوح إدراك الفرد
- عدم وضوح مفهوم الذات.
- ضعف الذاكرة والتشتت.
- المتعرض للضغوط يصبح أكثر قابلية للمرض النفسي والعقلي والجسمي.
- يغمس المتعرض للضغوط في سلوكيات عدوانية تخريبية.
- تأثيرها على القرارات : تفقد الأفراد قدرتهم على اتخاذ وصنع قراراتهم.
- تأثيرها على الانفعالات والعواطف.
- تأثيرها على العائلات : التفكك الأسري ، ارتفاع معدلات الطلاق ، عدم تحقيق التوازن بين متطلبات الأسرة والعمل والأصدقاء (الغرير وأبو أسعد ،٢٠٠٩م:٥٤-٥٥).

ويرى الباحث أن الأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد تحدث أكبر الأثر على شخصيته في كلا جانبيها النفسي أو الجسمي، وعلى الرغم من كل ذلك الأثر فقد يكون لهذه الضغوط آثار إيجابية على الفرد، فقد يمثل الموقف الضاغط تحدياً للفرد ، فيبذل إزاء ذلك التحدي مجهودا للانتصا ر على ذلك التحدي فتمنحه تلك الرغبة في التحدي والج هد المبذول للتغلب عليه متعة داخلية، وإحساسا بالقيمة في الحياة ، والخروج من تحدي لتحدٍ أكبر، لتكرار هذه المتعة ، مع الحظر من تعدي هذه الضغوط قدرة الفرد حتى لا تنعكس سلباً عليه.

ثانياً : الدراسات السابقة :

انطلاقاً من الأهمية النظرية والبحثية للدراسات السابقة التي تمثل الجهد العلمي المتراكم للتراث النفسي، فقد رأى الباحث أن يصنف الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات هذه الدراسة وفقاً لما يلي:

أ – الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية، وعلاقتها ببعض المتغيرات.

ب – الدراسات التي تناولت أحداث الحياة الضاغطة، وعلاقتها ببعض المتغيرات.

ج – الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة .

أولاً: الدراسات المتعلقة بمفهوم الصلابة النفسية:

أجرى مادي وآخرون (Maddi , Wadhwa & Haier , 1996) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية واستخدام الكحول في مرحلة المراهقة ، حيث قاما بدراسة على(٢٢٦) فرداً من طلبة الجامعة تتراوح أعمارهم بين المراهقة ، ومقياساً آخر للصلابة النفسية، حيث توصلوا إلى أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية ذكروا تعاطياً أقل للمسكرات، والأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة ذلك رواً درجة تعاطي أكبر للمسكرات سواء في السابق أو في الوقت الحاضر.

كما قام جارسون (Garson , 1998) بدراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين الطلبة الخ ريجين لبيان العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين الطلبة الخريجين ، حيث بلغت عينة الدراسة (١٠١) طالباً ن الطلاب الخريجين في قسم علم النفس من مدرسة اميدوسترن للخريجين ، واستخدام الباحث اختبار الشخصية الصورة (PVS.II)، واستبيان الضغوط اليومي ة (DSI)، ومقياس الصلابة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فعالية وتأثيراً من الذين حصلوا على درجات صلابة منخفضة، كما أن الضغوط ترتبط إيجابياً بمهارات المواجهة التالية : التحليل المنطقي، التجنب المعرفي، التفريغ الانفعالي، والاستسلام، كما توصلت الدراسة إلى أن الصلابة الكلية ، والتجنب

المعرفي ، والتحليل المنطقي ، منبئات هامة للضغوط ، كما أشارت لوجود علاقة سالبة بين الصلابة والضغوط، حيث وجد أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل ضغطاً من الطلاب الذين لم يحصلوا على درجات عالية في الصلابة.

كما هدفت دراسة حمادة وعبد اللطيف (٢٠٠٢م) إلى بحث العلاقة بين الصلابة النفسية، والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت، والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٢) طالباً وطالبة، منهم (٧٠) من الذكور، و (٢١٢) من الإناث، وطبق على العينة مقياسان هما : مقياس الصلابة النفسية من تصميم (Yoonkin & Betz, 1996)، ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم (Borger & Cooper, 1979)، والمقياسان من تعريف الباحثين، وكشفت الدراسة عن الآتي : وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية، وداخل عينتي الذكور والإناث كل على حدة ، وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين على المقياسين لصالح الذكور ، لم توجد فروق على المقياسين تبعاً لمتغيرات الدراسة الأخرى.

و أجرى البهاص (٢٠٠٢م) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الانهاك النفسي ودرجة الصلابة النفسية، لدى عينة من المعلمين والمعلمات بمدارس التربية الخاصة، وقد أجريت الدراسة على عينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة للأطفال المعاقين (عقلياً ، سمعياً بصرياً ، جسمياً) بمدارس التربية الفكرية، ومعاهد الأمل، ومعاهد النور، ومركز تأه يل الأطفال المعاقين، وجميعهم بالمرحلة الابتدائية بمدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية، وبلغ العدد الكلي للعينة (١٤٤) منهم (٧٦) معلماً و (٦٨) معلمة، وطبقت عليهم أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس النهك النفسي لمعلمي التربية الخاصة من إعداد (الباحث)، واستبانة الصلابة النفسية من إعداد (عماد مخيمر) وتقنين الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين أبعاد ا المتغيرين لدى أفراد عينة الدراسة ، كما أشارت إلى عدم وجود فروق في ال نهك النفسي في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية، باستثناء بع ض الضغوط ا لمهنية – تعزى لمتغير الجنس- حيث كانت الفروق لصالح المعلمات، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

الذكور والإناث في أبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور، كما أشارت إلى عدم وجود أثر دال للتفاعل بين الجنس ومدة الخبرة في الدرجة الكلية للنهك النفسي.

كما قام عبد الصمد (٢٠٠٢م) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية، وكل من الوعي الديني ومعنى الحياة لدى عينة من طلاب الدبلوم العام، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤٨) طالباً وطالبة، وطبق عليهم : مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحث) ، ومقياس الوعي الديني، إعداد (البحيري، والدمرداش)، ومقياس معنى الحياة، إعداد (الرشيدي) بالإضافة إلى استمارة المقابلة الشخصية، ومجموعة من لوحات الذات، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والوعي الديني الجوهري ومعنى الحياة ، وجود فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في الوعي الديني الجوهري، ومعنى الحياة لصالح مرتفعي الصلابة ، وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الالتزام والتحكم والصلابة لصالح الذكور.

بينما أجرى بروكس (Brooks, 2003) هدفت إلى فحص علاقة الصلابة النفسية بالصحة والمرض المزمن"، وأشارت نتائجها إلى أن تدني الصلابة النفسية يزيد من شدة المرض أكثر مما نتوقعه من المرض الجسمي بمفرده، فإن الصلابة النفسية تلعب دوراً وسيطاً بين الصحة والمرض.

وأجرى جبر (٢٠٠٤م) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين مفهوم الذات ، والصلابة النفسية لدى المعاقين بصرياً، مقارنة بالمبصرين، وقد بلغت عينة الدراسة (٢٩٨)، (١٢٢) معاقاً بصرياً، و(١٧٦) مبصرا، وامتدت أعمارهم ما بين (١٧-٧٢) عاماً، واستخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الصلابة النفسية، من إعداد (الباحث)، ومقياس مفهوم الذات، من إعداد (الباحث)، وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية: عدم وجود فروق بين من هم أقل وأكثر من (٣٥) عاماً، بمعنى أن الفروق بين الجنسين لم تتأثر بالتقدم في العمر.

وفي دراسة الشربيني (٢٠٠٥م) التي هدفت إلى التعرف على ا لاتجاه نحو الغش الدراسي وعلاقته بالصلابة النفسية والشعور بالذنب لدى عينة مكونة من (٨١٢) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين طلاب وطالبات بعض الكليات النظرية والعملية بجامعة المنصورة، منهم (٢٠٧) ذكور، و(٦٠٥) إناث، وطبقت على العينة ثلاثة مقاييس : مقياس

الاتجاه نحو الغش الدراسي من إعداد البا حثة، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر (١٩٩٦م)، واختبار الشعور بالذنب من إعداد أمال باظة (١٩٩٦م)، وأسفرت نتائج الدراسة عن: وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي ا لاتجاه نحو الغش الدراسي في الصلابة النفسية لصالح منخفضي ا لاتجاه نحو الغش، ووجود ارتباط سالب دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين درجات الطلاب على مقياس الاتجاه نحو الغش الدراسة ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية.

كما أجرى مادي وآخرون (Maddi et al. 2006) دراسة تناولت علاقة الصلابة النفسية والتدين با لاكتئاب والغضب، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) مشاركاً من العاملين بالكلية الحربية ببنسلفانيا تتراوح أعمارهم ما بين (٣٨-٥٢) عاماً، وطبقت الأدوات التالية (مؤشر جامعة دوك للتدين، ومسح النظرات الشخصية، واختبار الدراسات الوبائية ل لاكتئاب، وقائمة التعبير عن الغضب كحالة وسمة). وأشارت نتا ئج الدراسة إلى ارتباط التدين بالصلابة النفسية، أي أن الأفراد الأكثر تديناً أعلى مستوى صلابة نفسية، كما ارتبطت الصلابة والتدين سلباً بكل من الغضب والاكتئاب.

كما قامت أبو سمهدانة (٢٠٠٦م) بدراسة هدفت إلى التعرف على واقع انعكاسات العنف الإسرائيلي في ظل انتفاض ة الأقصى على الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية، والكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية في ظل العنف الإسرائيلي، والتعرف على أثر كل من عمر المرأة ومكان سكنها، والمستوى التعليمي لها، وطبيعة عملها، وشكل العنف الذي تعرضت له، وانعكاسات العنف ا لإسرائيلي عليها، وعلى صلابتها النفسية، خلال انتفاضة الأقصى، واستخدمت الباحثة مقياس انعكاسات العنف الإسرائيلي على المرأة الفلسطينية، من إعداد (الباحثة)، ومقياس الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية، من إعداد (مخيمر، ٢٠٠٢م)، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) امرأ ة فلسطينية تتراوح أعمارهن ما بين (٢٠-٣٠) سنة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية في ظل انتفاضة الأقصى يزيد عن (٧٠%) كمستوى افتراضي، ولا توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية تعزى لمتغير عمل المرأة، با ستثناء وجود

فروق في بعد (التحدي) لصالح المرأة العاملة، وتوجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية تعزى لمتغير محافظات السكن لصالح المرأة في جنوب غزة وشمالها، وتوجد فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية تعزى لمتغير منطقة السكن لصالح المرأة في المناطق ا لاحتكاكية، ولا توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية تعزى لمتغير عمر المرأة.

كما قام علي (٢٠٠٦م) بدراسة هدفت إلى تنمية الصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة باستخدام برنامج إرشادي ، حيث تم تطبيق البرنامج على عينة مكونة من (٢٠) طالبة مقسمات إلى مجموعتين : تجريبية ، وضابطة كل منها (١٠) طالبات ، وتم استخدام الأدوات التالية : مقياس الصلابة النفسية المكونة من موقف يقيس الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة بين درجات المجموعة (٢٠) التجريبية في القياس القبلي والبعدي على الصلابة النفسية لصالح القياس البعدي ، ووجود فروق دالة بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

كما قامت بدر (٢٠٠٧م) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب والصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية ، والكشف عن الفروق بين مرتفعات ومنخفضات الصلابة النفسية من معلمات المرحلة المتوسطة في درجة الشعور بالخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب ، وتكونت عينة الدراسة من (٧٠) معلمة متوسط أعمارهن (٣٧)سنة ، وتم تطبيق الأدوات التالية: مقياس الصلابة النفسية من إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٢م) ، ومقياس الخبرات المرتبطة بوصف انفعال الغضب من إعداد حسن مصطفى وعلي عبد السلام (٢٠٠١م) ، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في أبعاد حدة الغضب والمشاعر الانفعالية المصاحبة للغضب ، والتصرفات والأنماط المرتبطة بالغضب والدرجة الكلية لصالح منخفضي الصلابة النفسية ، كما وجد ارتباط دال إحصائياً بين السن ودرجات الصلابة النفسية للأبعاد والدرجة الكلية .

وفي دراسة ابا ودبرا (Iba , Debra, l. 2007) بعنوان: الصلابة النفسية والقلق من الحديث أمام الجمهور، مشكلات وتدريبات، تناولت الدراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق الحديث أمام الجمهور، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طالباً وطالبة، وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وقلق التواصل أثناء الاجتماعات، وفي مجال العمل الجماعي، وفي التفاعل مع الآخرين.

وقامت عطار (٢٠٠٧م) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الاجتماعي، ومفهوم الذات والصلابة النفسية لدى طالبات الاقتصاد المنزلي بجامعة الملك عبد العزيز، وتكونت عينة الدراسة من (٩٢) طالبة، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الذكاء ا لاجتماعي ومفهوم الذات، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة بين الدرجة الكلية لمفهوم الذات والدرجة الكلية للصلابة النفسية، ولم توجد علاقة ارتباطية بين أبعاد (المظهر الجسمي، والقلق، والشعبية) من أبعاد مفهوم الذات والصلابة النفسية.

وأجرى ثابت وآخرون (٢٠٠٧م) دراسة هدفت إلى بحث أنواع وشدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة للهدم، ومعرفة مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالصدمات، ومعرفة الصلابة النفسية في الأطفال وعلاقتها بالصدمة وكرب ما بعد الصدمة والمخاوف. وتكونت عينة الدراسة من (٤٥) طفلاً ومراهقاً من العائلات التي هد مت بيوتها في الفترة الأخيرة في منطقة رفح وبيت حانون، وتم تطبيق ا لاختبارات: اختبار الخبرات الصادمة، ومقياس كرب ما بعد الصدمة، ومقياس المخاوف، ومقياس الصلابة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التا لية: أن متوسط التعرض للأحداث الصادمة عند الأطفال (٩.٤) حدث وبانحراف معياري (٣.١)، وتبين أن (١٥.٦%) يعانون بدرجة خفيفة من كرب ما بعد الصدمة، و (٦٢.٣%) يعانون بدرجة متوسطة، في حين (٢٠%) يعانون بدرجة شديدة، وأشارت نتائج الدراسة أن متوسط الصلابة النفسية (٩٩.٥)، وتبين وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين تعرض الأطفال للأحداث الصادمة ،ودرجة ا لاضطرابات النفسية الناتجة ما بعد الصدمة، ووجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات الصلابة النفسية، ودرجة كرب ما بعد الصدمة.

وفي دراسة حفني (٢٠٠٧م) التي هدفت إلى التعرف على تأثير العمليات الأسرية التي تشكل المناخ الأسري المضطرب في الصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين، ومعرفة الفروق بين المراهقين من الجنسين بالمرحلة الثانوية / الجامعية مستوى الصلابة النفسية، وتكونت العينة من (٢٠٠) ذكور وإناث من المرحلة الثانوية، امتدت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) سنة، والمرحلة الجامعية امتدت أعمارهم ما بين (١٩-٢٢) سنة، وتم تطبيق الأدوات التالية : مقياس المناخ الأسري، ومقياس العمليات الأسرية، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد (الباحث)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات ال ذكور والإناث بالمرحلتين (الثانوية، الجامعية) في مستوى الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، والتحكم، والتحدي) لصالح الذكور، كما وجدت فروق دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة الذين تربوا في ظل مناخ أسري سوي ونظائرهم الذين تربوا في ظل مناخ أسري مضطرب للمرحلتين (الثانوية، والجامعية) في مستوى الصلابة النفسية لصالح الأفراد الذين تربوا في ظل مناخ أسري سوي، كذلك وجدت فروق دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة الذين تربوا في ظل عمليات أسرية سوية ونظائرهم الذين تربوا في ظل عمليات أسرية مضطربة للمرحلتين (الثانوية والجامعية) في مستوى الصلابة النفسية لصالح الأفراد الذين تربوا في ظل عمليات أسرية سوية.

كما أجرى أرسكوت ماير (Meyers,Scott, 2008) دراسة بعنوان (العلاقة بين طلاق الوالدين ا لارتباط الرومانسي بين الراشدين مع الأخذ با لاعتبار النمط الوالدي والصلابة النفسية)، وتألفت عينة الدراسة من (٢٣٦) مشارك معظمهم في العمر ما بين ١٨-٢٣ سنة. واستخدمت الأدوات التالية : مقياس الصلابة النفسية (PHS) ومقياس ارتباط الوالدين (PBI) ومقياس الارتباط الرومانسي للبالغين المتعدد البنود (MMARA)، وكشفت نتائج الدراسة أن هناك علاقة غير دالة إحصائياً بين الحالة الاجتماعية للوالدين، والارتباط العاطفي للبالغين، كما أن المشاركين في مجموعة المطلقين قد أسفرت النتائج إلى أن هناك ارتباط ذات علاقة إحصائية بين أساليب الوالدين، وخاصة العناية في الأب، والحماية الزائدة من قبل الأم، كما أنه لم توجد علاقة بين الحالة الاجتماعية للوالدين وبين الصلابة النفسية، بينما أن الصلابة الزائدة تظهر أن هناك انخفاضاً في الارتباط العاطفي بشغف في المجموعتين، وزيادة العناية من قبل الأب تظهر

زيادة في الارتباط العاطفي بشغف فقط في مجموعة المطلقين. كما أشارت النتائج إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية مرتبطة بين الحالة الاجتماعية للوالدين وتدخل الوالدين، كما وجدت أيضاً فروق بين الحالة الاجتماعية للوالدين وأساليب المشاركة الوالدية.

وأجرى جابرييت كر وكولويندر سنغ (Kaur,J.&Singh,K. ,2008) دراسة بعنوان البيئة المنزلية كمحدد من محددات الصلابة النفسية بين المراهقين المتفوقين الهنود في المناطق الحضرية والريفية، وتكونت عينة الدراسة من (١٠١١) مراهق هندي، وأسفرت نتائج هذه الدراسة أن المراهقين المتفوقين لديهم مستوى أعلى من السيطرة والحماية والتأكد و المكافأة والتساهل أعلى من نظرائهم غير المتفوقين حتى مع انخفاض أبعاد البيئة المنزلة . كما وجدت أن الأطفال المتفوقين مع الوقاية الأعلى، والبيئة المنزلية الأكثر تساهلاً، وجدوا أنهم أصلب بشكل أكبر من نظرائهم غير المبدعين حتى في نفس الأبعاد البيئة المنزلية.

كما هدفت دراسة راضي (٢٠٠٨م) إلى التعرف على علاقة الصلابة النفسية بكل من الالتزام الديني والمساندة ا لاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٦١) أماً من أمهات الشهداء، واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: استبانة الصلابة النفسية، واستبانة الالتزام الديني، واستبانة المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثة . وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : وجود علاقة ارتباطي هموجبة بين مستوى الصلابة النفسية والمساندة ا لاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة، وعدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير الحالة ا لاجتماعية للشهيد (أعزب – متزوج ليس لديه أولاد – متزوج له أولاد)، كما أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير السكن.

وأجرى المفرجي،و الشهري (٢٠٠٨م) دراسة سعت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من الطلاب والطالبات ، وتمثلت عينة الدراسة في طلاب وطالبات جامعة أم القرى ، واستخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية ليونكن وبتز Younkin & amp; Betz ,1996 والذي طبقته لولوة حمادة وعبد اللطيف ٢٠٠٢م على

البيئة الكويتية، ومقياس الطمأنينة النفسية لابراهام ماسلو Abraham Maslow,1952 لقياس درجة السلامة النفسية للفرد، وقام بتعديله وإعداده على البيئة السعودية الدليم وآخرون ١٩٩٣م ، وتوصل الباحثان إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً سواء لدى الذكور أو الإناث أو العينة الكلية بين الصلابة النفسية والأمن النفسي ، وعدم وجود فروق في متوسطات درجات الصلابة النفسية وفقاُ لمتغيرات الجنس، والعمر، والسنة الدراسية، والتخصص، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة، كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لمتغير الجنس، والعمر، وعدم وجود فروق تبعا لمتغير التخصص ، والسنة الدراسية ، كما تشير الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة.

كما قام هيتر وجراتين (Heatre & Crratin, 2009) بدراسة هدفت إلى تحقيق الصلابة النفسية كمتغير في نمط التعامل بين طلاب الجامعات، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦) طالباً، (٢٣) من الإناث و (٣) من الذكور، و (٤) طلاب كانوا بين سني (١٨-٢٢) و(١٢) بين سني (٢١-٢٣) وطالبان بين سني (٢٤-٢٦) و(٨) طلاب فوق سن (٣٠)، وكان أيضاً منهم (١٥) طالببالسنة الثانية الجامعية و(١١) من كبار السن في المرحلة الجامعية، و أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين الصلابة النفسية ونمط التعامل ذات أهمية، وعدم وجود اختلافات تبعاً لنوع الجنس، والعمر، والمستوى (العنزي،١٤٣١هـ)

وأجرى عودة (١٤٣١هـ) دراسة بعنوان: الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة ا لاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة . وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طفل من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية : استبانة الخبرة الصاد مة من إعداد الباحث، وا ستبانة التكيف مع الضغوط من إعداد الباحث، واستبانة المساندة ا لاجتماعية من إعداد الباحث، واستبانة الصلابة النفسية من إعداد الباحث . وأسفرت نتائج الدراسة عن : وجود ارتباط ذ ي دلالة إحصائية بين الخبرة الصادمة والصلابة النفسية، بمعنى كلما زادت الخبرة الصادمة زادت الصلابة

النفسية، وعدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى للنوع، وعدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لمكان الإقامة، وعدم وجود فروق في الصلابة النفسية تعزى للمستوى التعليمي للوالدين.

ثانياً: الدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم أحداث الحياة الضاغطة:

كما قام زعتر وأبو الخير (١٩٩٩م) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين إدراك المتقاعدين والمتقاعدات عن العمل لضغوط أحداث الحياة واتجاهاتهم نحو الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٥) رجلاً وسيدة، (٧٥) متقاعدا، و(٥٠) متقاعدة، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس ضغوط أحداث الحياة للمسنين من إعداد (الباحثين)، ومقياس الاتجاه للحياة من إعداد (محمد خليل، ١٩٩٠م)، وأسفرت عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات ضغوط أحداث الحياة ودرجات الاتجاه نحو الحياة لدى المتقاعدين والمتقاعدات عن العمل، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المتقاعدين والمتقاعدات عن العمل في كل من ضغوط أحداث الحياة، والاتجاه نحو الحياة، كما أشارت النتائج إلى تنبئ بعض ضغوط أحداث الحياة دون غيرها بالاتجاه الإيجابي نحو الحياة، وتنبئ بعض ضغوط أحداث الحياة دون غيرها بالاتجاه السلبي نحو الحياة.

و قام سكوت ورادماشر (٢٠٠٠م) بدراسة هدفت إلى معرفة الفروق بين الجنسين في كيفية مواجهة ضغوط الحياة لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٧) طلاب، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين من المراهقين في كيفية مواجهة المواقف الضاغطة حيث أن الذكور أكثر قدرة على مواجهة الضغوط بشكل إيجابي مقارنة بالإناث (محمد، ١٤٢٦هـ: ١٣٧-١٣٨).

وأجرت زينة (٢٠٠٠م) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية وأحداث الحياة لدى مجموعتي الدراسة وهما المتضررين من حرب الخليج الثانية، وغير المتضررين، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) فرداً مقسمين على مجموعتين، الأولى (٦٠) من غير المتضررين من الحرب، وامتدت أعمارهم من (٣٢-٥٠) سنة، والثانية (٦٠)

من المتضررين من الحرب، وامتدت أعمارهم من (٣٢-٥٠) سنة، واستخدمت الأدوات التالية: قائمة كورنل الجديدة للأعراض السيكوسوماتية وا لانفعالية، تعريف (محمود أبو النيل)، واختبار أحداث الحياة من إعداد (الباحثة)، ونموذج المقابلة الأولية من إعداد (الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية : وجود علاقة بين متغيرات ا لاضطرابات السيكوسوماتية ، وبعض متغيرات أحداث الحياة (العملية ، المالية ، الصحية ، الأسرية)، والدرجة الكلية لأحداث الحياة لدى غير المتضررين من حرب الخليج، ووجود فروق بين المجموعتين في كافة متغيرات أحداث الحياة، وكان اتجاه الفروق لصالح مجموعة المتضررين من الحرب ، مما يعني أنهم أكثر معاناة واضطراباً من هذه الأحداث.

كما أجرت مؤمن (٢٠٠٤م) دراسة هدفت إلى تقصي العلاقة بين السعادة وكل من التفكير اللاعقلاني وأحداث الحياة السارة والضاغطة لدى عينة من طلاب الجامعة، وذلك في ضوء بعض المتغيرات مثل نوع الجنس ، والتخصص الدراسي . وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٩) طالباً من طلاب جامعة عين شمس منهم (١١٠) طالباً و (٤٩٩) طالبة، وامتدت أعمار العينة بين (١٨-٢٢)، واستخدمت الباحثة مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية من إعداد (سليمان الريحاني، ١٩٨٥م)، وقائمة السعادة التي وضعها (أرجايل ومارتن لو Argyle, Mortin & Lu, 1990) وقام بترجمتها (أحمد عبد الخالق وآخرون، ١٩٩٨م)، وقائمة الأحداث والأنشطة السارة من إعداد (عبد الخالق ؛ومحمد نجيب، ١٩٩٦م)، ومقياس مواقف الحياة الضاغطة من إعداد زينب شقير (٢٠٠٢م)، وأشارت الدراسة إلى النتائج الآتية : وجود علاقة سالبة دالة إحصائية بين السعادة وكل من التفكير اللاعقلاني ، ومواقف الحياة الضاغطة وموجبة بينها ، وبين أحداث الحياة السارة لدى طلاب الجامعة، كما أشارت إلى وجود علاقة سالبة ودالة بين السعادة ومواقف الحياة الضاغطة الأسرية وا لاقتصادية ، والدراسية ، والاجتماعية، والانفعالية، والشخصية، والصحية، كما وجدت علاقة موجبة ودالة بين السعادة والأنشطة السارة، وأشارت إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الجنسين من طلاب الجامعة في ا لاختبارات التي تقيس السعادة والتفكير اللاعقلاني وأحداث الحياة السارة والضاغطة، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات طلاب الكليات

العلمية والأدبية في الاختبارات التي تقيس كل من السعادة والتفكير اللاعقلاني وأحداث الحياة السارة والضاغطة.

وقامت جودة (٢٠٠٤م) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى طلاب جامعة الأقصى، ومعرفة مدى تأثير أساليب مواجهة الضغوط النفسية بكل من الجنس، والتخصص، ومكان السكن، وبلغت عينة الدراسة (٢٠٠) طالباً وطالبة، وقد استخدمت الباحثة مقياسين هما: مقياس أساليب مواجهة الضغوط، والآخر مقياس الصحة النفسية . وأسفرت نتائج الدراسة عن أن طلاب جامعة الأقصى يستخدمون أساليب متعددة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، كما أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين أساليب المواجهة الفعالة والصحة النفسية، كذلك أسفرت عن عدم وجود فروق في متوسطات درجات أفراد العينة في أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق دالة في بعض أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزى لكل من متغير التخصص، ومكان السكن.

كما هدفت دراسة الجمال (٢٠٠٤م) إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في إدراك أحداث الحياة اليومية (السارة – الضاغطة) ، وفحص العلاقة بين أحداث الحياة (السارة – الضاغطة) ، وكل من القلق ، والتفاؤل ، والتشاؤم ، ومستوى الطموح . عند كل من الجنسين ، ودراسة العلاقة بين إدراك أحداث الحياة اليومية (السارة – الضاغطة) ، وكل من المستوى الاقتصادي والتعليمي للأسرة لدى الجنسين ،وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠)طالب وطالبة من كلية الآداب بجامعة طنطا ، وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية : وجود فروق معنوية في إدراك أحداث الحياة اليومية (السارة – الضاغطة) ، في المستوى الاقتصادي والتعليمي للأسرة لدى الجنسين.

وفي دراسة Sandin B,et al (2006م) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبعض ا لاضطرابات ا لانفعالية ، وشملت عينة الدراسة (١٨٧) شخصاً ، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة معنوية بين الضغوط الحياتية ، واضطرابات القلق ، والاكتئاب ، والوسواس. كما أشارت الدراسة إلى أن أكثر الضغوط الحياتية الضاغطة التي تؤثر في اضطرابات القلق ، والاكتئاب ، والوسواس هي : التهديد ، والخسارة ، والصحة.

وقام عبد الرزاق (٢٠٠٦م) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين ضغوط الحياة والوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب المصريين والسعوديين وأساليب مواجهة تلك الضغوط وكيفية التنبؤ بها. وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة من طلاب السنوات النهائية بالجامعة، امتدت أعمارهم ما بين (٢٠-٢٥) سنة وبلغت عينة الدراسة المصرية (٣٣٢) طالباً وطالباً من جامعتي الزقازيق وقناة السويس، وبلغت عينة الدراسة السعودية (٢٦٨) طالباً وطالبة من خلال كليات البنات وكليات المعلمين بمنطقة أبها وعرعر . وتم استخدام الأدوات التالية : استمارة جمع المعلومات من إعداد (الباحث)، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة للشباب الجامعي من إعداد (الباحث)، واستبيان أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة من إعداد (حسن مصطفى، ١٩٩٤م)، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد (البحيري، ١٩٨٥م)، وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية المصرية (ت: ٣٢٢)، وبين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية السعودية (ت: ٢٦٨) في إدراك أحداث الحياة الضا غطة الأسرية وا لاقتصادية، وضغوط العلاقة بالجنس الآخر لصالح العينة المصرية، بينما الفروق في إدراك أحداث الحياة الضاغطة المتعلقة بالمستقبل المهني، والضغوط الأكاديمية لصالح العينة السعودية، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة المصرية، وبين متوسط درجات أفراد العينة السعودية في أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة (العمل من خلال الحدث ، والالتفات إلى اتجاهات وأنشطة أخرى ، والتجنب ، والإنكار ، وزيادة العلاقات ا لاجتماعية ، وتنمية الكفاءة الذاتية ، والفروق لصالح العينة السعودية . بينما لم توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينتين في أساليب المواجهة المرتبطة بطلب المساندة ا لاجتماعية والإلحاح والاقتحام. كذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينتين في الشعور بالوحدة النفسية لصالح العينة السعودية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور المصرين ومتوسطات درجات الذكور السعوديين (ت: ١٤٩) في إدراك أحداث الحياة الضاغطة الأسرية وا لاقتصادية لصالح الذكور المصريين، بينما كانت الفروق في إدراك أحداث الحياة الضاغطة المتعلقة بالمستقبل المهني لصالح الذكور السعوديين، بينما لم توجد فروق

بين أفراد العينتين في إدراك أحداث الحياة الضاغطة الأكاديمية.

وأجرت بخش (٢٠٠٧م) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالقلق وا لاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً والعاديين بالمملكة العربية السعودية، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) أماً منهن (٦٠) أمهات لأطفال مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومقياس القلق ومقياس بيك للاكتئاب عليهن. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة وموجبة بين أبعاد أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين وعينة أمهات الأطفال غير العاديين، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال غير العاديين في كل من القلق والاكتئاب وأحداث الحياة الضاغطة.

وأجرى الهاشمي (٢٠٠٧م) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى ا لاستراتيجيات التي يستخدمه ا مراهقي دور رعاية الأيتام للتكيف مع أحداث الحياة الضاغطة تجاه مركز السيطرة (الداخلي – الخارجي)، والعلاقة بين الاستراتيجيات التي يستعملها الأيتام للتكيف مع أحداث الحياة الضاغطة ومركز السيطرة (الداخلي – الخارجي) لديهم . والفروق في استراتيجيات التكيف لأحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث)، والفروق في مركز السيطرة (الداخلي – الخارجي) تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث)، اقتصرت عينة الدراسة على المراهقين الأيتام في دور الرعاية الحكومية في العراق من عمر (١٢-١٨)، وبلغ عددها (٤٠٠)، وأظهرت نتائج الدراسة أن استخدام مراهقي دور رعاية الأيتام لاستراتيجيات الإسناد المعرفي والإسناد ا لاجتماعي في التكيف لأحداث الحياة الضاغطة كان أكبر من المتوسط النظري وبفرق دال إحصائياً، في حين كان استخدامهم لإستراتيجية السلوك التجنبي وإستراتيجية الضغط الذاتي أقل من المتوسط النظري للمقياس، وبفرق دال إحصائياً.

كما أجرى أبو مصطفى والسميري (٢٠٠٧م) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة الأقصى، والتعرف على الفروق المعنوية في كل من مجالات مقياس الأحداث الضاغطة والسلوك العدواني تبعاً لمتغيرات: الجنس، والمستوى الدراسي، والخلفية الثقافية . وتكونت عينة الدراسة من (٥٢٤) طالباً وطالبة منهم

(١٨٨) طالباً، و (٣٣٦) طالبة . واستخدم الباحثان مقياس الأحداث الضاغطة من إعداد (الباحثين)، ومقياس السلوك العدواني من إعداد (الباحثين). وأظهرت الدراسة النتائج الآتي ة: وجود علاقة دالة موجبة بين مجالات كل من مقياس الأحداث الضاغطة، والسلوك العدواني . ووجود فروق معنوية بين الجنسين في مجالات الأحداث الضاغطة الأسرية، والأحداث الضاغطة الاقتصادية، والأحداث الضاغطة الدراسية، والأحداث الضاغطة ا لاجتماعية، لصالح الذكور، والأحداث الضاغطة السياسية، لصالح الإناث، ووجود فروق معنوية في الأحداث الضاغطة الأسرية، لصالح طلاب المستوى الثاني، والأحداث الضاغطة الدراسية، لصالح طلاب كل من المستوى الثاني، والثالث، والرابع، والأحداث الضاغطة ا لاجتماعية، والأحداث الضاغطة الصحية، والأحداث الضاغطة السياسية لصالح طلاب المستوى الرابع، كما توصلت إلى وجود فروق معنوية في الأحداث الضاغطة الأسرية، لصالح طلاب المخيمات، والأحداث الضاغطة الاجتماعية، والأحداث الضاغطة الصحية لصالح طلاب المدن.

وقام الشكعة (٢٠٠٩م) بدراسة هدفت إلى التعرف على درجة استخدام استرا تيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس، إضافة إلى الفروق فيها تبعاً لمتغيري الجنس ، ومكان السكن والتفاعل بينهما . وقد طبقت الدراسة على عينة بلغت (٤٠٠) طالبٍ وطبقت عليهم مقياس استراتيجيات مواجهة الحياة الضاغطة، وأظهرت النتائج أن أكثر ا لاستراتيجيات استخداماً إستراتيجية التفاعل الإيجابي (٧٩%) يليها إستراتيجية التصرفات السلوكية (٧١.٣٣%)، وأخيراً إستراتيجية التفاعل السلبي (٦٩%)، إضافة إلى ذلك أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في هذه الاستراتيجيات تعز ى لمتغير الجنس ، ومكان السكن والتفاعل بينهما، حيث كانت الفروق لصالح الذكور في التفاعل الإيجابي، بينما كانت الفروق لصالح الإناث في التفاعل السلبي والتصرفات السلوكية.

كما أجرت محمود (٢٠١٠م) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية ومواجه ة الضغوط النفسية التي يواجهها الطفل العامل بالمجال الزراعي، وتم تطبيق الدراسة على عينة من الأطفال العاملين بمزارع الفاكهة بوادي الملاك بمحافظة الشرقية بلغ

عددهم (٣١٩) طفلاً يلقون مساندة اجتماعية، و (٢٨١) طفلاً لا يلقون مساندة اجتماعية، وتم تطبيق مقياس المسا ندة الاجتماعية من إعداد (السيد إبراهيم السمادوني)، واستبيان الضغوط النفسية من تصميم (الباحثة)، وأسفرت الدراسة إلى النتائج التالية : وجود فروق بين الأطفال العاملين الذين يلقون مساندة اجتماعية ، والأطفال العاملين، كما ترجع هذه الفروق في الضغوط النفسية للطفل ال‍عامل تبعاً لبعض المتغيرات منها العمر، والنوع، وعدد سنوات العمل، وحجم الأسرة، كما توجد فروق دالة إحصائياً في المساندة ا لاجتماعية التي يلقاها الطفل لبعض المتغيرات منها العمل، والنوع، وعدد سنوات العمل، وحجم الأسرة.

وفي دراسة عبد الكريم (٢٠١٠م) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، وبلغت عينة الدراسة (٢٤٠) طالباً وطالبة. واستخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الأحداث الضاغطة من إعداد (الباحث)، ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد (عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٦م)، واستمارة المستوى ا لاجتماعي الثقافي من إعداد (الباحث)، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الضغوط الأسرية، وا لاقتصادية، والدراسية، والإحساس بالعجز، كذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين الضغوط الاقتصادية، والدراسية، واللاهدف . كما وجدت ارتباط موجب بين العجز والضغوط الأسرية، وا لاقتصادية، والدراسية، والصحية، وبين العجز والضغوط الاقتصادية، كذلك وجود ارتباط موجب بين اللاهدف والضغوط ا لاقتصادية، والدراسية، والصحية، كذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللامعنى والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية. وكذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللامعيارية، والضغوط ا لاجتماعية، وبين اللامعيارية ، والضغوط الأسرية والاقتصادية، وكذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين العزلة والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية، وبين العزلة والضغوط الدراسية وا لاجتماعية والصحية . ك ذلك أشارت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين العجز والضغوط الأسرية وا لاقتصادية والدراسية والصحية، كذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللاهدف ، والضغوط الأسرية والضغوط ا لاقتصادية والدراسية والصحية .كذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللامعنى ،والضغوط الأسرية والاقتصادية. كذلك وجود ارتباط

موجب دال إحصائياً بين اللامعيارية ، والضغوط الأسرية ، وبين اللامعيارية والضغوط الاجتماعية ،كذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين العزلة ، والضغوط الأسرية والاجتماعية والصحية، وبين العزلة والضغوط الاقتصادية.

ثالثاً: الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة :

أجرت كوبازا وآخرون (Kobasa et al, 1982) دراسة هدفت لمعرفة أثر الصلابة النفسية ومكوناتها كمتغير سيكولوجي في تحقيق وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية، وتكونت ع ينة الدراسة من (٢٥٩) من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا والمحامين ورجال الأعمال، امتدت أعمارهم ما بين (٣٢-٦٥)، واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: مقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداد (راهي، ١٩٦٧م)، ومقياس الصحة والمرض من إعداد (وايلر وماسودا وهولمز)، ومقياس حالة الا ستعداد الوراثية في الشخصية، ومقياس مركز الضبط، ومقياس ا لاغتراب عن الذات ، وعمل العمل لقياس ا لالتزام، ومقياس الأمن، ومقياس المعرفية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن الصلابة النفسية لا تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد فقط، بل تمثل مصدراً للمقاومة والصمود، والوقاية من الأثر الذي تحدثه الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية، في مقابل الشعور با لاغتراب والتحكم في مقابل القلق ، والتحدي في مقابل الشعور بالتهديد، ووجود ارتباط دال بين معدلي ا لالتزام والتحكم، والإدراك الإيجابي والواقعي للأحداث الحياتية الشاقة.

وأجرى ميتشل (Mitcheel, 1989) دراسة هدفت إلى معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على أحداث الحياة، وبلغت عينة الدراسة (١٦٥) طالباً من طلبة البكالوريوس في التمريض، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس الصلابة النفسية، وقائمة النظريات الشخصية . وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود ارتباط بين الصلابة النفسية والتقييم المعرفي للأحداث بأنها مثيرة للتحدي، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة النفسية وتقييم الأحداث بأنها مثيرة للتهديد، ووجود ارتباط إيجابي بين الطلاب واستراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة النفسية وبعض مقاييس المواجهة التي تركز على ا لانفعال،

ووجود ارتباط إيجابي بين الصلابة وإدراك فعالية المواجهة.

كما قام مخيمر (١٩٩٧م) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة ا لاجتماعية كمتغيرين من متغيرات المقاومة و الوقاية من آثار الأحداث الضاغطة خاصة ا لاكتئاب، وقد طبقت على عينة من طلبة الفرقتين الثالثة والرابعة لكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق، وبلغ عدد الذكور (٧٥) طالباً، والإناث (٩٦) طالبة. وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ا لذكور والإناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والضغوط، فكانت لصالح الذكور في الصلابة النفسية وإدراك الضغوط، ولصالح الإناث في المساندة الاجتماعية،أما الاكتئاب فلا توجد فروق بين الجنسين.

وأجرى الرفاعي (٢٠٠٣م) دراسة هدفت إلى بحث الصلابة الن فسية كمتغ ير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢١) طالباً وطالبة، منهم (١٦١) من الذكور، و (١٦٠) من الإناث، تراوحت أعمارهم بين (١٩-٢٦) سنة، واقتصرت الدراسة على طلبة المستوى الثالث والرابع من التخصصات النظرية، واستخ دمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية من إعداد (Kobasa) وترجمة (مخيمر، ١٩٩٦م)، ومقياس إدراك أ ح داف الحياة الضاغطة من إعداد (الباحثة)، ومقياس أساليب المواجهة من إعداد (الباحثة)، واستبيان تقدير الذات، من إعداد (زويزيوح)، وترجمة (ممدوحة سلامة، ١٩٩١م)، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية وبعديها (الالتزام، والتحكم)، في حين وجدت فروق في بعد (التحدي) لصالح الذكور، ووجود فروق في الضغوط الأكاديمية وا لاقتصادية بين الذكور والإناث، كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأك ثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية.

كما قام كل من دخان والحجار (٢٠٠٥م) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى ط لبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة

النفسية لديهم، وبلغت عينة الدراسة (٥٤١) طالباً وطالبة، وهي تمثل حوالي (٤%) من مجتمع الدراسة البالغ (١٥٤٤١) طالباً وطالبة من كليات الجامعة التسعة بأقسامها المختلفة . واستخدم الباحثان استبانتين، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، والثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج وكان من أهمها: أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (٦٢.٠٥%)، وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (٧٧.٣٣%)، كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية — عدا ضغوط بيئة الجامعة — تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب أعلى منه لدى الطالبات، وبينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية — عدا الأسرية والمالية — تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة — تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية — عدا المالية والدرجة الكلية– تعزى لمتغير الدخل الشهري، وبينت الدراسة وجود علاقة ارتباطي هـسالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية.

كما قام ياغي (٢٠٠٦م) بدراسة هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية لعمال محافظات قطاع غزة، وعلاقتها بالصلابة النفسية، في ضوء متغير السن، ومكان الإقامة، وعدد أفراد الأسرة، والحالة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٨٣) عاملاً، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية، والصلابة النفسية من إعداد (الباحث) وأشارت نتائج الدراسة إلى أن العمال في قطاع غزة يعانون من الضغوط النفسية بنسبة (٧٤.٥%)، كما أظهرت وجود صلابة عالية لدى العمال بنسبة (٧٤.٩%)، كما وجدت علاقة طردية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للضغوط النفسية والدرجة الكلية للصلابة النفسية، وأظهرت وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط النفسية تعزى إلى عدد أفراد الأسرة لصالح الأسر التي يبلغ أفرادها (٥-٩) فما فوق، ولم تظهر وجود فروق في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير العمر والحالة الاجتماعية، كما وجدت فروق بين الحالة الاجتماعية ودرجات ضغوط المعابر لصالح المطلقين.

وأجرى السيد (٢٠٠٧م) دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أبعاد الذكاء

الانفعالي واستراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة، وأبعاد الصلابة النفسية، وأبعاد الكفاءة الذاتية، كما يدركها طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدرا سة من (٢٤٢) طالباً وطالبة بالسنة الأولى بكلية التربية بالعريش – جامعة قناة السويس، واستخدم الباحث الأدوات التالية : مقياس الذكاء ا لانفعالي من إعداد (سليمان محمد، وعبد الفتاح رجب ٢٠٠٢م)، ومقياس استراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة، من إعداد (Charles Carrer et al. 1984)، وتعريب (الشرقاوي، ١٩٩٣)، واستبيان الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر، ٢٠٠٢م)، واختبار الإحساس بالكفاءة الذاتية من إعداد الباحث (٢٠٠٦م). وأشارت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطيهموجبة دالة بين إدارة الانفعالات وإستراتيجية المواجهة، كما وجدت علاقة ارتباطيهموجبة دالة إحصائياً بين أبعاد الذكاء الانفعالي، وأبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، كما وجدت علاقة ارتباطي هموجبة دالة إحصائياً بين أبعاد الذكاء الانفعالي، وأبعاد الكفاءة الذاتية كما يدركها طلاب الجامعة . كما أشارت النتائج إلى تنبؤ أبعاد الذكاء ا لانفعالي باستراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة وأبعاد الصلابة النفسية، والإحساس بالكفاءة الذاتية لدى طلاب الجامعة، كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق بين طلاب الجامعة من الذكور والإناث في أبعاد الذكاء الانفعالي واستراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة، وأبعاد الصلابة النفسية.

وفي دراسة أبو ندى (٢٠٠٧م) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وضغوط الحياة ومتغيرات ديموغرافية أخرى (الجنس ، نوع الكلية ، المستوى الدراسي ، دخل الأسرة)، وتكونت عينة الدراسة من (٥٤٩) طالباً وطالبة، وطبق على العينة مقياس الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر، ١٩٩٧م)، وتقنين (الحجار، ودخان، ٢٠٠٥م) على البيئة الفلسطينية، ومقياس ضغوط الحياة من إعداد (الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود صلابة نفسية عالية لدى طلبة الجامعة بنسبة (٧٦.٠٩%)، وفي المقابل اتضح أن الطلبة يعانون من ضغوط حيث بلغت النسبة (٧٦.٠٢%)، وقد شكلت الضغوط السياسية المرتبة الأولى من أبعاد المقياس، وكان في المرتبة الأولى ضغوط التنظيمات الفلسطينية، تلا ذلك ضغوط قمع ا لاحتلال

الإسرائيلي، ثم ضغوط الحصار، كما وجدت علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة والدرجة الكلية للضغوط لدى عينة الدراسة، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين بعد الالتزام وبعد ضغوط الرواتب، وضغوط القيم الاجتماعية، والدرجة الكلية للضغوط، وكذلك بين بعد التحكم وبعد ضغوط الحصار وضغوط التنظيمات الفلسطينية، وأظهرت كذلك الدراسة عدم وجود فروق بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة في بعد ضغوط الرواتب، كما كشفت الدراسة عدم وجود فروق للتفاعل بين الصلابة النفسية (مرتفع – منخفض) ونوع الطالب (ذكر – أنثى) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، كما لا توجد فروق للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض – مرتفع) ونوع الكلية (علوم – آداب) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض - مرتفع) والمستوى الدراسي (الثاني – الرابع) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، ولا توجد فروق للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض – مرتفع) ودخل الأسرة الشهري (منخفض – مرتفع) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة.

تعقيب الباحث على الدراسات السابقة:

(أ) من خلال مراجعة الدراسات التي تناولت موضوع الصلابة النفسية يذكر الباحث ما يلي:

- أجمعت العديد من الدراسات على أهمية موضوع الصلابة النفسية وأهمية تنميتها، وأثر تنمية الصلابة النفسية في مواجهة الضغوط والأزمات ، والتخفيف من أثر الأحداث الضاغطة كدراسة (كوبازا وآخرون,Kobasa,1982 ؛ ميشيل Mitcheel,1989, ؛مخيمر،١٩٩٧م ؛ الرفاعي، ٢٠٠٣م؛ دخان والحجار، ٢٠٠٥م).
- أظهرت نتائج بعض الدراسات السابقة ارتباط الصلابة النفسية بكل من التوافق الصحي وتقدير الذات والكفاءة الذاتية والتفاؤل كدراسة ، والرغبة في التحكم والأمن النفسي كدراسة (حماده وعبد اللطيف ،٢٠٠٢م ؛ بروكس,Brooks,2003؛ جبر ، ٢٠٠٤ ؛

عطار،٢٠٠٧م ؛ المفرجي والشهري،٢٠٠٨م).

- أسفرت بعض الدراسات السابقة أن الصلابة النفسية تخفف من أثر الضغوط الحياتية كدراسة (الرفاعي، ٢٠٠٣م ؛ دخان والحجار ،٢٠٠٥م ؛ أبو الندى ،٢٠٠٧م).
- أشارت نتائج بعض الدراسات السابقة أن الأشخاص الأكثر صلابة نفسية هم أقل تعرضا للضغوط ، وأقل خجلاً وقلقاً، وأكثر صموداً وإنجازاً وضبطاً داخلياً ، ويتميزون بالمرونة والنشاط والدافعية ، وأن الصلابة النفسية تمثل مصدراً للمقاومة والصمود والوقاية من الآثار التي تحدثها أحداث الحياة الضاغطة كدراسة (كوبازا وآخرون Kobasa et al,1982).
- أظهرت بعض الدراسات السابقة ارتباط الصلابة النفسية إيجابياً بأساليب المواجهة الفعالة ، وجهة الضبط الخارجي ، والرغبة في التحكم في الصحة النفسية ، والتخلص من الأمراض النفسية والإجهاد النفسي ، والمساندة الاجتماعية كدراسة (البهاص،٢٠٠٢م ؛ حماده وعبد اللطيف ،٢٠٠٢م؛ الرفاعي ، ٢٠٠٣م؛ ثابت، ٢٠٠٧م ؛ راضي ، ٢٠٠٨م).
- باستعراض الدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة المتوسطة – على حد علم الباحث – نجدها اقتصرت على دراسة واحدة فقط لـ (حفني ،٢٠٠٧م).
- بالنظر للمقاييس التي استخدمها الباحثون لقياس الصلابة النفسية في الدراسات المختلفة السابقة فقد استخدموا مقياس الصلابة النفسية من تصميم Yoonkin&Betz,1996 كدراسة (حمادة وعبداللطيف ٢٠٠٢م؛ المفرجي والشهري ،٢٠٠٨)، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد كوبازا وترجمة عماد مخيمر ،١٩٩٧م ؛ البهاص ،٢٠٠٢م ؛ دخان والحجار،٢٠٠٦م ؛ أبوسمهدانة،٢٠٠٦م ؛ أبوندى،٢٠٠٧م).
- بالنسبة لعلاقة الصلابة النفسية تبعاً لمتغيرات (العمر ، الحالة الاجتماعية) فقد وجدت دراسة حمادة وعبد اللطيف،٢٠٠٢م ؛ أبوسمهدانه ،٢٠٠٦م ؛ راضي ،٢٠٠٨م) أنه لا توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى لهذه المتغيرات.

- قلة الدراسات الأجنبية بشكل عام والعربية بشكل خاص التي تناولت عامل الصلابة النفسية في المجالات العامة وعلى وجه التحديد في المجال التربوي (على حد علم الباحث).
- ندرة الأدوات البحثية، والمقاييس المبنية في المجتمع السعودي، حيث أن هناك اعتماداً على استخدام مقاييس بنيت في مجتمعات حتى وإن كانت عربية ، وثم تقنينها على البيئة السعودية، إلا أن هذا يوحي بندرة ملاحظة في الأدوات البحثي ة في هذا المجال وهذا ما تؤكده دراسة (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨ م ؛ العنزي، ١٤٣١ هـ).

(ب) من خلال مراجعة الدراسات التي تناولت أحداث الحياة الضاغطة يستنتج الباحث ما يلي:

- بالنسبة لأثر أحداث الحياة الضاغطة على الفرد فقد توصلت معظم الدراسات السابقة إلى أهمية المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة كدراسة (محمود، ٢٠١٠م).
- أشارت بعض الدراسات إلى علاقة أساليب التعامل مع الضغوط ، وكل من الأعراض المرضية كدراسة (زينة ،٢٠٠٠م ؛ جودة،٢٠٠٤م).
- أظهرت بعض الدراسات السابقة علاقة أحداث الحياة الضاغطة والسلوك العدو اني كدراسة (أبومصطفى والسميري، ٢٠١٠م).
- أشارت بعض الدراسات السابقة إلى وجود علاقة معنوية بين أحداث الحياة الضاغطة ، والاضطرابات الانفعالية، والقلق، والاكتئاب، والتفاؤل، ومستوى الطموح كدراسة (الجمال،٢٠٠٤م ؛ بخش ،٢٠٠٧م ؛ Sandin B ,et al,2008).
- أسفرت نتائج بعض الدراسات السابقة إلى أن مواقف الحياة الضاغطة التي يتعرض لها الفرد تؤدي إلى الإصابة با لاضطرابات الانفعالية والقلق والشعور بالوحدة وا لاغتراب النفسي كدراسة (زينة،٢٠٠٠م ؛ الجمال ،٢٠٠٤م ؛ بخش ،٢٠٠٧م ؛ عبدالكريم،٢٠١٠م).
- أجمعت العديد من الدراسات السابقة أن تعرض الفرد لمواقف الحياة الضاغطة يؤدي إلى

انخفاض تقديره لذاته ، حيث يفقد ثقته بنفسه ، مما يجعله عاجزاً عن مواجهة هذه الضغوط ، كما أن تعرض الفرد لأحداث الحياة الضاغطة يؤدي إلى الاتجاه السلبي نحو الحياة، مما يؤثر على أدوار ا لفرد في عمله وعلاقاته مع الآخرين ، وضعف التواصل، والشعور بالوحدة ، وهذا ما أشارت له دراسة (أبو الخير ،١٩٩٩م ؛ عبد الرازق،٢٠٠٦م).

- بينت بعض الدراسات السابقة أن كثرة تعرض الطالب لأحداث الحياة الضاغطة يؤدي إلى ضعف تحصيله الدراسي كدراسة (مؤمن،٢٠٠٤م).
- أشارت بعض الدراسات السابقة إلى أهمية الأسرة ، والحالة ا لاجتماعية، وعدد أفراد الأسرة ، والوضع ا لاقتصادي للفرد في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة كدراسة (ياغي،٢٠٠٦م ؛ محمود،٢٠١٠م ؛ عبد الكريم ،٢٠١٠م).

ويشير الباحث إلى أنه استفاد من الملاحظات على الدراسات السابقة في تصميم دراسته الحالية ، من حيث العينة وحجمها والأدوات التي استخدمها ، فالدراسة الحالية تتفق مع بعض الدراسات السابقة في ملامحها العامة : كنوع العينة (المرحلة الثانوية – المرحلة المتوسطة) مثل دراسة (حفني،٢٠٠٧م)، و المقاييس المستخدمة كدراسة (حمادة وعبد اللطيف،٢٠٠٢م؛ المفرجي والشهري،٢٠٠٨م)، إلا أن الدراسة الحالية تنفرد عن الدراسات السابقة بعدد من المميزات ، فهي الدراسة الأولى – على حد علم الباحث – التي تتناول الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث في المجتمع السعودي ، وهي بذلك تكتسب الأهمية النفسية والتربوية والاجتماعية ، مما يجعلها تستحق مزيدا من الجهد والبحث .كما أن اهتمامها بعينة الطلاب الأيتام والعاديين ،وتطبيقها على المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية بجميع صفوفها (الأول ،الثاني، الثالث) بتخصصاتها المختلفة (العام ، الطبيعي، الشرعي) يزيد من التفرد لهذه الدراسة ، وبالإضافة لما سبق تهتم بمرحلة عمرية تعد أك ثر مراحل النمو أهمية ومن خلاله يعد الطالب ليكون أكثر صلابة وجموداً وإنجازاً وتحملاً في مواجهة ضغوطات الحيا ة وأحداثها ، والتغلب عليها ، وبناء شخصيته بحيث يصبح فرداً قادراً على تحقيق طموحاته ومن هنا يتضح

تفرد الدراسة من حيث : التفرد في العينة ، والتفرد البيئي.

ثالثا : **فروض الدراسة** :

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة أمكن للباحث صياغته فروض دراسته على النحو التالي :

١ -لا توجد مظاهر أكثر شيوعاً وأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٢ -لا توجد مظاهر أكثر شيوعاً وأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٣ -لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

٤ -لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف كل من : (حالة الطالب، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية).

٥ -لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لاختلاف كل من : (حالة الطالب، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية).

الفصل الثالث

منهج إجراءات الدراسة

- منهج الدراسة.
- مجتمع الدراسة.
- عينة الدراسة.
- أدوات الدراسة.
- الأساليب الإحصائية.

أولاً: منهج البحث:

حيث أن موضوع الدراسة يغلب عليه صبغة التحديد، وذلك من خلال جمع المعلومات والحقائق وتحليلها، ومن ثم تفسيرها، والوصول إلى النتائج العلمية، وطبقاً لأهداف الدراسة وتساؤلاتها، حيث إن الدراسة الحالية تهدف إلى التعرف على الصلابة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، ومعرفة الفروق بين الطلاب تبعاً لم تغيرات (حالة الطالب ، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية) . لذا سوف يقوم الباحث باستخدام المنهج الوصفي ؛ باعتباره الأنسب للدراسة الحالية، لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، والكشف عن الفروق بينهما من أجل الوصف، والتحليل للظاهرة المدروسة، كما أن هذا المنهج لا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها وإنما يمضي إلى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدراً من التفسير لهذه البيانات.

كما يشير ملحم (١٤٢٣هـ :٣٥٢) إلى أن المنهج الوصفي :" هو أحد أشكال التحليل، والتفسير العلمي المنظم، لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة، وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة، وتصنيفها، وتحليلها، وإخضاعها للدراسة الدقيقة".

ثانياً: مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب المرحلة المتوسطة، وطلاب المرحلة الثانوية بصفوفها الثلاثة (الأول، الثاني، الثالث)، وبقسميها (الطبيعي ، الشرعي) بالمدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم (بنين) بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث من الأيتام والعاديين . وفقاً للإحصاءات المعتمدة من قبل إدارات التربية والتعليم لكلٍ من مدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، سواء الطلاب العاديين أو الأيتام.

جدول (١)

العدد الكلي للطلاب بالمدارس المتوسطة بمدينة مكة المكرمة

الصفوف	عدد الطلاب
الأول متوسط	١٢٥٣٤
الثاني متوسط	١١٩٨٦
الثالث متوسط	١١٣٢٧
المجموع الكلي	٣٥٨٤٧

جدول (٢)

العدد الكلي للطلاب بالمدارس الثانوية بمدينة مكة المكرمة

الصفوف	عدد الطلاب	
الأول ثانوي	٩٣٦٩	
	عدد الطلاب (طبيعي)	عدد الطلاب (شرعي)
الثاني ثانوي	٧٨٩٨	١٧١٤
الثالث ثانوي	٧٦٥٦	١٦٢٥
المجموع الكلي	٢٨٢٦٢	

جدول (٣)

العدد الكلي للطلاب بالمدارس المتوسطة بمحافظة الليث

الصفوف	عدد الطلاب
الأول متوسط	٢١٤٥
الثاني متوسط	٢٤٣٣
الثالث المتوسط	٢٣٢١
المجموع الكلي	٦٨٩٩

جدول (٤)

العدد الكلي للطلاب بالمدارس الثانوية بمحافظة الليث

الصفوف	عدد الطلاب	
الأول ثانوي	**٢٦٠٥**	
	عدد الطلاب (طبيعي)	**عدد الطلاب (شرعي)**
الثاني ثانوي	**٩٢٩**	**٤٤٦**
الثالث ثانوي	**٩٨١**	**٣١٢**
المجموع الكلي	**٥٢٧٣**	

ثالثاً: عينة الدراسة:

تم أخذ عينة عشوائية طبقية وذلك لضمان تمثيل كل فئات المجتمع ضمن أفراد عينة الدراسة، حيث تم تقسيم مجتمع البحث إلى طبقتين (مكة المكرمة – الليث) ومن داخل كل طبقة تم اختيار عينة عشوائية من الطلاب العاديين والأيتام بالمرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية.

وبالتالي فإن حجم العينة الكلية للدراسة تكون من (١٢٥٠) طالب، وتم توزيع (١٢٥٠) استمارة على المدارس عاد للباحث منها بعد عملية التطبيق (٨٧٩) استمارة وبعد مراجعة الباحث للاستمارات تم استبعاد (٢٢٥) استمارة لعدم اكتمال البيانات الأساسية لبعضها أو لعدم جدية البعض للإجابة على جميع فقرات الاستبيان .وقد بلغ حجم عينة الدراسة النهائية والقابلة للتحليل الإحصائي (٦٥٤) طالب بواقع (٣٨٨) استبانة من مدينة مكة المكرمة تشتمل على (٢٩٢) استبانة للطلاب العاديين، و (٩٦) استبانة للطلاب الأيتام، و (٢٦٦) استبانة من محافظة الليث تشتمل على (١٩٣) استبانة للطلاب العاديين، و (٧٣) استبانة للطلاب الأيتام.

جدول رقم (٥)

خصائص العينة حسب متغيرات الدراسة

المتغيرات		العدد	النسبة المئوية
حالة الطالب	العاديين	٤٨٥	٧٤,٢%
	الأيتام	١٦٩	٢٥,٨%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
العمر	١٣-١٤سنة	١٥٩	٢٤,٣%
	١٥ سنة	١٣٩	٢١,٣%
	١٦ سنة	١٤١	٢١,٦%
	فوق ١٦ سنة	٢١٥	٣٢,٩%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
المرحلة الدراسية	المتوسطة	٣٠٣	٤٦,٣%
	الثانوية	٣٥١	٥٣,٧%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
التخصص	الطبيعي	٢٤١	٦٨,٦٧%
	الشرعي	١١٠	٣١,٣٣%
	المجموع	٣٥١	١٠٠%
التحصيل الدراسي	ممتاز	٢٧٨	٤٢,٥%
	جيد جداً	٢٦١	٣٩,٩%
	جيد	١٠٩	١٦,٧%
	مقبول	٦	٠,٩%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
مستوى دخل الأسرة	مرتفع	١٩١	٢٩,٢%
	متوسط	٤٢٥	٦٥%
	منخفض	٣٨	٥,٨%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
المدينة	مكة المكرمة	٣٨٨	٥٩,٣%
	الليث	٢٦٦	٤٠,٧%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%
الجنسية	سعودي	٥٥٧	٨٥,٢%
	غير سعودي	٩٧	١٤,٢%
	المجموع	٦٥٤	١٠٠%

يتضح من خلال الجدول (٥) أن نسبة الطلاب العاديين (٧٤,٢%) ونسبة الطلاب الأيتام (٢٥,٨%)،و نسبة الطلاب في العمر من (١٣ -١٤) سنة (٢٤,٣%)، و نسبة الطلاب في العمر (١٥) سنة (٢١,٣%)، ١٦ونسبة الطلاب في العمر (١٦)سنة (٢١,٦) ، ونسبة الطلاب في العمر ما فوق (١٦) سنة فأكثر (٣٢,٩%). ونسبة الطلاب في المرحلة المتوسطة (٤٦,٣%) ، وفي المرحلة الثانوية (٥٣,٧%). كما أن نسبة الطلاب ذوي التخصص الطبيعي (٦٨,٦٧%) ، وذوي التخصص الشرعي (٣١,٣٣%). و بسبب وجود عدد صغير من الطلاب في التحصيل الدراسي مقبول، قام الباحث بدمجهم مع التقدير جيد تحت مسمى (مقبول – جيد)، وذلك لإمكانية التحليل الإحصائي لاحقاً والمقارنة حسب التحصيل الدراسي فأصبحت نسبة الطلاب في التحصيل الدراسي ممتاز (٤٢,٥%)، جيد جداً (٣٩,٩%)، مقبول – جيد (١٧,٦%). ونسبة الطلاب من مستوى دخل الأسرة مرتفع (٢٩,٢%)، ومتوسط (٦٥%)، ومنخفض (٥,٨%). ونسبة الطلا ب من مدينة مكة المكرمة (٥٩,٣%)، والليث (٤٠,٧%). ونسبة الطلاب السعوديين (٨٥,٢%)، وغير السعوديين (١٤,٨%).

رابعاً: الأدوات المستخدمة في الدراسة.

استخدم الباحث الأدوات التالية:

أ) مقياس الصلابة النفسية:

من تصميم يونكن وبتز (Yoonkin & Betz, 1996)، وترجمة حمادة ، وعبد اللطيف (٢٠٠٢م) ، وهو يشير إلى الصلابة النفسية على أنها مفهوم أحادي البعد . وهذا ما يفضله عدد من الباحثين، مثل كارفر (Carver, 1989)، الذي يعتقد في وجود صعوبة في إدراك المفهوم، إذا افترض أنه متعدد الأبعاد، كما أن نونإلي (Nunnally, 1978) يرى أن العاملين في مجال القياس النفسي يفضلون الأسلوب أحادي البعد والمقاييس التي وضعتها كوبازا وآخرون، اختلف عدد مكوناتها من مقياس إلى آخر، الأمر الذي أدى إلى نوع من الخلط والتشويش في تفسير النتائج (Yoonkin & Betz, 1996)، وتشير المؤلفتان إلى أن مقياس الصلا بة صمم ليعكس التعريف المباشر لمفهوم الصلابة وهو المقاومة والصلابة، تحت وطأة الضغوط أو القدرة على تحمل الظروف الصعبة ،ويتكون المقياس من (٤٠) عبارة موجبة في

الصياغة والعبارات السالبة تعكس في التصحيح، بحيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى مستوى عالٍ من الصلابة، وتتبع الاستجابات أسلوب ريكارت خمس نقاط، تمتد من (١) أعارض بشدة إلى (٥) أوافق بشدة.

الصدق والثبات لدى معدي المقياس :

يتمتع المقياس بمعامل ثبات مرتفع ألفا (٠,٩٢) ، كما أظهر التحليل العاملي أن المقياس أحادي البعد ، وتم اختبار صدق المقياس من خلال ارتباطه بعدة مقاييس يفترض أنها ترتبط بالصلابة النفسية ، وكانت معاملات الارتباط بين المقياس والمقايس على النحو التالي: الصلابة النفسية المعرفية (٠,٧٥) ، ومقياس توقير الذات (٠,٥٦) ومقياس الاكتئاب (-٠,٥٩)

صدق وثبات المقياس في الدراسات السابقة:

تشير حمادة وعبد اللطيف(٢٠٠٢م: ٢٤٩) في البيئة الكويتية إلى تمتع المقياس بمعامل ثبات مرتفع ألفا = (٠,٩٢)، وتم التحقق من ثبات الاختبار أيضاً بطريقة إعادة الاختبار (٠,٩٥)، والتجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان – براون (٠,٨٨) وألفا كرونباخ (٠,٩١)، كما تم حساب صدق المقياس من خلال حساب معامل ا لارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي والتي تراوحت بين (٠,١١-٠,٦٧) ، وفي البيئة السعودية قام (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨م: ١٧٠) بحساب صدق المقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي والتي تراوحت بين (٠,٤٠٢ – ٠,١٣٩)، وجميع القيم موجبة وذات دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ عدا العبارة (٤) التي لم يصل معامل الارتباط بها إلى مستوى الدلالة ، كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ =(٠,٨٤) ، وتم التحقق من ثبات الاختبار أيضاً بطريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان- براون (٠,٨٣).

صدق وثبات مقياس الصلابة النفسية في الدراسة الحالية :

أولاً : صدق المقياس :

تم التأكد من صدق المقياس في الدراسة الحالية بطريقة الاتساق الداخلي، عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك من خلال

التطبيق على عينة استطلاعية تكونت من (٤٠) طالباً من مكة المكرمة والليث، وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (٦)

حساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية

رقم العبارة	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل الارتباط
١	٠,٦١	١١	٠,٧١	٢١	٠,٧٠	٣١	٠,٦٦
٢	٠,٦٢	١٢	٠,٦٦	٢٢	٠,٦٤	٣٢	٠,٦٩
٣	٠,٦٨	١٣	٠,٦١	٢٣	٠,٦٣	٣٣	٠,٦٥
٤	٠,٥٧	١٤	٠,٥٨	٢٤	٠,٦٩	٣٤	٠,٦١
٥	٠,٦٣	١٥	٠,٧٢	٢٥	٠,٥٨	٣٥	٠,٥٨
٦	٠,٥٥	١٦	٠,٦٥	٢٦	٠,٥٥	٣٦	٠,٥٧
٧	٠,٦٤	١٧	٠,٦٩	٢٧	٠,٥٩	٣٧	٠,٥٩
٨	٠,٦٨	١٨	٠,٥٤	٢٨	٠,٥٧	٣٨	٠,٧٢
٩	٠,٦٩	١٩	٠,٥٨	٢٩	٠,٦٨	٣٩	٠,٧٠
١٠	٠,٥٩	٢٠	٠,٦٣	٣٠	٠,٧١	٤٠	٠,٦٩

يتضح من الجدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط موجبة تراوحت من (٠,٥٥ – ٠,٧٢)، وهي ذات دلالة إحصائية، وتشير إلى تمتع مقياس الصلابة النفسية في الدراسة الحالية بدرجة من الصدق يمكن الوثوق بها.

ثانياً :ثبات المقياس :

تم التأكد من ثبات المقياس في الدراسة الحالية بطريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية بطريقتي جتمان، وسبيرمان براون، وذلك من خلال استجابات نفس العينة استطلاعية السابقة والتي تكونت من (٤٠) طالباً من مكة المكرمة والليث، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٧)

حساب الثبات لمقياس الصلابة النفسية في الدراسة الحالية

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
	طريقة جتمان	طريقة سبيرمان براون
٠,٩٢	٠,٨٥	٠,٨٧

يلاحظ من الجدول (٧) أن قيمة ألفا كرونباخ (٠,٩٢) والتجزئة النصفية بطريقة جتمان (٠,٨٥) وبطريقة سبيرمان براون (٠,٨٧)، وجميع القيم مرتفعة وتشير إلى تمتع مقياس الصلابة النفسية في الدراسة الحالية بدرجة عالية من الثبات.

ب) مقياس أحداث الحياة الضاغطة:

من إعداد شقير (٢٠٠٢م) وتم تطبيقه في البيئة السعودية على طالبات جامعة كلية التربية بجدة ومدارس الثانوية للبنات بجدة عدد فقرات المقياس (٧٠) فقرة، وللمقياس (٧) أبعاد فرعية تمثل مصادر الضغوط النفسية . يتكون كل مصدر من مصادر الضغوط النفسية من (١٠) عبارات تصف الضرغوط النفسية المرتبطة بهذا المصدر، ويلي كل عبارة أربعة بدائل (كثيراً – أحياناً – نادراً – إطلاقاً)، تعبر عن درجة شعور الفرد بالضغوط النفسية من هذا المصدر، وعلى الفرد أن يختار أي من هذه البدائل ينطبق عليه . تأخذ كل عبارة درجة تتراوح ما بين ٣ – صفر (كثيراً – أحياناً – نادراً – إطلاقاً)،، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين صفر – ٢١٠، بينما تتراوح الدرجة الكلية لكل مقياس فرعي على حدة ما بين صفر – ٣٠ درجة، وتتمثل عبارات كل مقياس فرعي على:

١- مقياس الضغوط الأسرية عبارات أرقام : ١-٨-١٥-٢٢-٢٩-٣٦-٤٣-٥٠-٥٧-٦٤

٢- مقياس الضغوط الاقتصادية عبارات أرقام : ٢-٩-١٦-٢٣-٣٠-٣٧-٤٤-٥١-٥٨-٦٥

٣- مقياس الضغوط الدراسية عبارات أرقام : ٣-١٠-١٧-٢٤-٣١-٣٨-٤٥-٥٢-٥٩-٦٦

٤- مقياس الضغوط الاجتماعية عبارات أرقام : ٤-١١-١٨-٢٥-٣٢-٣٩-٤٦-٥٣-

٦٠-٦٧

٥- مقياس الضغوط الانفعالية عبارات أرقام : ٥-١٢-١٩-٢٦-٣٣-٤٠-٤٧-٥٤-٦١-٦٨

٦- مقياس الضغوط الصحية عبارات أرقام: ٦-١٣-٢٠-٢٧-٣٤-٤١-٤٨-٥٥-٦٢-٦٩

٦ -مقياس الضغوط الشخصية عبارات أرقام : ٧-١٤-٢١-٢٨-٣٥-٤٢-٤٩-٥٦-٦٣-٧٠

صدق وثبات المقياس من قبل معدية :

قامت شقير (٢٠٠٢م) بحساب صدق ا لاتساق الداخلي : بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية وبين الدرجات الكلية للمقياس والجدول (١٢) يوضح ذلك:

جدول (٨)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس أحداث الحياة الضاغطة في الدراسات السابقة

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
١	**الضغوط الأسرية**	**٠,٦٣**
٢	**الضغوط الاقتصادية**	**٠,٥٨**
٣	**الضغوط الدراسية**	**٠,٩٣**
٤	**الضغوط الاجتماعية**	**٠,٨٤**
٥	**الضغوط الانفعالية**	**٠,٨٧**
٦	**الضغوط الصحية**	**٠,٧١**
٧	**الضغوط الشخصية**	**٠,٦٦**

ويتضح من الجدول (٨) أن معاملات الارتباط جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى(٠,٠٥).

كما تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق ، حيث قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس لمرتين متتاليتين بفاصل زمني ٢١ يوم، وكان معامل الثبات لعينة طالبات المرحلة الثانوية هو(٠,٦١) ولعينة طالبات المرحلة الجامعية هو(٠,٧٢).

الصدق والثبات لمقياس أحداث الحياة الضاغطة في الدراسة الحالية :

أولاً : صدق المقياس :

تم التأكد من الصدق والثبات من خلال التطبيق على نفس العينة الاستطلاعية سابقة الذكر (٤٠) طالباً، وتم حساب الصدق عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد فرعي مع الدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (٩)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس أحداث الحياة الضاغطة في الدراسة الحالية

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
١	الضغوط الأسرية	٠,٦٦
٢	الضغوط الاقتصادية	٠,٦٢
٣	الضغوط الدراسية	٠,٦٥
٤	الضغوط الاجتماعية	٠,٧١
٥	الضغوط الانفعالية	٠,٦٩
٦	الضغوط الصحية	٠,٦٢
٧	الضغوط الشخصية	٠,٦٧

تشير نتائج الجدول (٩) أن معاملات الارتباط جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥).

ثانياً: ثبات المقياس :

تم حساب الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ ، وطريقة التجزئة النصفية وكانت النتائج كالتالي:

جدول (١٠)

حساب الثبات لمقياس أحداث الحياة الضاغطة في الدراسة الحالية

م	أبعاد المقياس	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			طريقة جتمان	طريقة سبيرمان براون
١	الضغوط الأسرية	٠,٨٨	٠,٧١	٠,٧٣
٢	الضغوط الاقتصادية	٠,٨٩	٠,٧٢	٠,٧٤
٣	الضغوط الدراسية	٠,٩١	٠,٦٩	٠,٧٢
٤	الضغوط الاجتماعية	٠,٩٣	٠,٧٣	٠,٧٥
٥	الضغوط الانفعالية	٠,٨٧	٠,٦٨	٠,٦٩
٦	الضغوط الصحية	٠,٩٢	٠,٦٨	٠,٧٠
٧	الضغوط الشخصية	٠,٩١	٠,٧٢	٠,٧٣
الدرجة الكلية للمقياس		٠,٩٥	٠,٦٦	٠,٦٩

تشير نتائج الجدول (١٠) أن معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية جميعها ذات دلالة إحصائية ،وتشير إلى تمتع مقياس أحداث الحياة الضاغطة في الدراسة الحالية بدرجة من الثبات.

الأساليب الإحصائية:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

١. التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة بالنسبة للمعلومات الأولية.

٢. المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري وذلك لحساب القيمة التي يعطيها أفراد عينة الدراسة لكل عبارة أو الابعاد الرئيسة لمقياس أحداث الحياة الضاغطة .

٣. معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين درجات الصلابة النفسية ودرجات أحداث الحياة الضاغطة.

٤. اختبار (ت) t-test للمقارنة بين متوسطات استجابات عينة الدراسة تبعاً لمتغير (حالة الطالب–المرحلة الدراسية–التخصص– المدينة–الجنسية).

٥. إختبار تحليل التباين الأحادي (ف) للمقارنة بين متوسطات استجابات عينة الدراسة تبعاً لمتغير (العمر–التحصيل الدراسي–مستوى دخل الأسرة).

الفصــــل الرابع

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

تمهيـد

يتناول هذا الفصل عرض النتائج التي تم الحصول عليها ، ثم مناقشة هذه النتائج وتفسيرها من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة وذلك على النحو التالي:

الفرض الأول:

لا توجد مظاهر أكثر شيوعاً وأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة من الطلاب العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وذلك للعبارات المدونة في المحور الأول بالمقياس والتي تأخذ الأرقام من (١-٤٠) وتقيس مظاهر الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، وتم كذلك حساب المتوسط الحسابي العام للصلابة النفسية، وعرضت النتائج كالتالي:

جدول (١١)

أولاً: المظاهر الأكثر شيوعاً والأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة (العاديين والأيتام) بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث

م	العبارة	العاديين			الأيتام		
		الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٣٥	استمتع بالتحدي.	١	٤,٢٢	١,١٥	٢	٤,١٧	١,٢٢
٦	أشعر بترابط قوي مع مجموعة من الناس.	٢	٤,١٥	١,١٥	١	٤,١٩	١,١٩
١٣	إنني على يقين بأنه عندما أبدأ المسير فإني سأصل في النهاية.	٣	٤,١١	١,١٥	٤	٤,٠٧	١,١٨
٢٤	استمتع بمنافسة الآخرين.	٤	٤,٠٧	١,٢٢	٥	٤,٠١	١,٢٦
٢٣	أنا شخص متفائل بشكل عام.	٥	٤,٠٥	١,١٢	٦	٣,٩٣	١,١٨
١٠	أشعر عادة أنه مهما كان اليوم سيئاً فإن غداً قد يكون أفضل.	٦	٤,٠٢	١,٢٨	٣	٤,٠٨	١,١٨
١٥	إنني على يقين بأني إذا حاولت القيام بأمر ما فستسير الأمور على ما يرام.	٧	٣,٩٢	١,١٥	٩	٣,٨٤	١,١٦
٣٣	عندما تحدث أمور سيئة في حياتي فإنني لا أتوقف عن	٨	٣,٨٦	١,٢١	١٢	٣,٧٥	١,٢٦

م	العبارة	العاديين			الأيتام		
		الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	السعي لاعتقادي بأن الأمور ستحسن فيما بعد.						
٢٠	عندما يواجهني موقف صعب فأني أشعر عادة بأني استطيع التعامل معه.	٩	٣,٨٤	١,١٩	٧	٣,٨٦	١,٢١
٣٩	أمارس النشاطات التي استمتع بها بشكل منتظم.	١٠	٣,٨١	١,٢٧	١١	٣,٧٦	١,٣٠
٣٨	العبارة التالية تصفني تماماً " عندما تصبح الأمور صعبة فإن الشخص القوي هو من يواجهها ".	١١	٣,٧٧	١,٢٧	١٣	٣,٦٩	١,٣٥
١٩	أشعر أن لدي قدر من التحكم في مصيري.	١٢	٣,٧١	١,٢٥	١٠	٣,٧٦	١,٢٨
٢٧	أنظر إلى متاعب الحياة على أنها فرصا تفيد مواجهتها في نضجي الشخصي	١٣	٣,٧١	١,٢٧	١٥	٣,٦٨	١,٢٨
٢٥	عندما تعاكسني الظروف فإني استطيع عادة التغلب عليها.	١٤	٣,٦٨	١,١٥	١٤	٣,٦٨	١,١٥
٧	عادة ما استعيد نشاطي بسرعة إذا ما واجهتني الصعاب.	١٥	٣,٦٥	١,٣٠	٨	٣,٨٥	١,٢٥
٢٩	عادة ما أجد صعوبة في إنجاز أعمالي عندما تضطرب أموري.	١٦	٣,٥٢	١,٢٥	١٦	٣,٥٩	١,٢٧
٢	أنهار بسهولة.	١٧	٣,٤٥	١,٤١	١٩	٣,٤٣	١,٤٤
١٢	أتمكن إلى حد ما من السيطرة على الأحداث التي تمر بها حياتي فلا يحدث أمر لي بمحض الصدفة.	١٨	٣,٣٩	١,١٨	١٨	٣,٤٧	١,١٨
١٦	أعرف ماذا أريد من الحياة ولكن أشعر أني لا استطيع الحصول عليه.	١٩	٣,٣٩	١,٤٣	٢٠	٣,٤٢	١,٤٧
٢٨	عندما أمر بتجربة مريرة فإن استغرق وقتاً طويلاً لأصبح على ما يرام.	٢٠	٣,٣٧	١,٣٣	٢١	٣,٣٤	١,٢٩
١١	استمتع بأداء الامتحانات.	٢١	٣,٣٢	١,٤٤	١٧	٣,٥٢	١,٣٦
٣٧	كثيراً ما تؤدي بي المواقف الضاغطة إلى المرض.	٢٢	٣,٠٩	١,٤٠	٢٢	٣,١٤	١,٤٩
٣٤	أنا لا أحب المجازفة.	٢٣	٣,٠٣	١,٥٠	٢٣	٢,٩٨	١,٥٧
٨	أهدافي الشخصية محدودة جداً.	٢٤	٢,٩٦	١,٥١	٣٢	٢,٦٦	١,٤٩
٣	أتوقف عن أداء واجباتي الدراسية عندما أكون غير سعيد.	٢٥	٢,٩١	١,٥١	٢٨	٢,٧٩	١,٤٧
٤٠	أظن أن تقلي للفشل والهزائم أصعب بكثير من تقبل من أعرفهم من الناس لها.	٢٦	٢,٨٦	١,٣٥	٢٥	٢,٨٨	١,٤٤
١٤	أشعر أحياناً بفقدان الأمل.	٢٧	٢,٨٤	١,٤٣	٢٩	٢,٧	١,٣٤
٢٦	غالباً ما أجد نفسي حزيناً.	٢٨	٢,٨٣	١,٣٦	٢٧	٢,٨٢	١,٣٦
٣٦	عندما لا تسير الأمور كما أتمنى فإنني أشعر باليأس.	٢٩	٢,٧٨	١,٣٥	٣١	٢,٦٦	١,٣٨
٤	أنا أحد الناس الذين يبقون سائرين بصرف النظر عما يحدث لهم	٣٠	٢,٧٨	١,٣٨	٢٦	٢,٨٣	١,٣٨

م	العبارة	العاديين			الأيتام		
		الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٣٠	عندما تتعثر خططي فإني غالباً ما أتخلى عنها .	٣١	٢,٧٧	١,٣٢	٢٤	٢,٩١	١,٣٦
١٧	أشعر أحياناً بأن الحياة صعبة علي.	٣٢	٢,٧٤	١,٣٨	٣٠	٢,٦٧	١,٥٥
٣٢	كثيراً ما أشعر أنني مثقل بالأمور التي تحدث في حياتي.	٣٣	٢,٦٨	١,٢٩	٣٣	٢,٦٤	١,٣٠
١٨	من الصعب على أنه أواجه أكثر من مشكلة أو اثنتين في نفس الوقت.	٣٤	٢,٦١	١,٤٠	٣٦	٢,٥٩	١,٤٠
٢١	عادة ما استغرق وقتاً طويلاً جداً حتى أفيق من مفاجأة أو صدمة أو حزن.	٣٥	٢,٥٦	١,٣٩	٣٤	٢,٦١	١,٤٣
٩	غالباً ما تعقيني أحداث الحياة عن أداء عملي .	٣٦	٢,٥١	١,٢٥	٣٥	٢,٦	١,٤٠
٣١	عندما لا تسير الأمور كما يرام فإني أجد صعوبة في نسيان ذلك والتركيز على أموري الأخرى.	٣٧	٢,٤٥	١,٣٠	٣٧	٢,٣٨	١,٣١
٢٢	لا أطمئن إلى المواقف الجديدة التي لا أعرف ما سيحدث فيها.	٣٨	٢,٣١	١,١٩	٣٨	٢,٢٦	١,٢١
١	من الصعب أن أنجز عملي عندما تواجهني مشكلة مع شخص قريب جداً مني	٣٩	٢,٢٥	١,٢٥	٣٩	٢,٢٢	١,١٦
٥	يصعب علي الاستمرار في أداء عملي عندما تعم الفوضى مختلف جوانب حياتي.	٤٠	٢,١٤	١,٢٤	٤٠	٢,١٣	١,٣١
	المتوسط العام	٣,٢٥		١,٢٦	٣,٢٤		١,٢٣

يتضح من الجدول (١١) أن استجابات أفراد العينة من العاديين تكشف عن الرغبة القوية في الاستمتاع بالتحدي كما يظهر في العبارة رقم (٣٥) والتي حصلت على أعلى المتوسطات (٤,٢٢) ، كما تكشف عن الشعور القوي في الترابط مع مجموعة من الناس كما يظهر في العبارة رقم (٦) والتي حصلت على متوسط (٤,١٥) ، كذلك اليقين التام عند بداية المسير فأني سأصل في النهاية كما في العبارة رقم (١٣) والتي حصلت على متوسط (٤,١١) ، وكذلك حب الاستمتاع بمنافسة الآخرين كما يظهر في العبارة رقم (٢٤) حيث حصلت على متوسط (٤,٠٧) ، كما كشفت استجابات أفراد العينة عن التفاؤل العام وهذا يتضح في العبارة رقم (٢٣) حيث حصلت هذه العبارة على متوسط(٤,٠٥).كما يشير الجدول إلى امتلاك أفراد العينة النظرة التفاؤلية للمستقبل الأفضل رغم الأحداث السيئة الحاضرة إلى أن غداًحتماً سيكون

أفضل ويظهر ذلك في العبارة رقم (١٠) والتي حصلت على متوسط (٤,٠٢).

كما يتضح من الجدول (١١) أن استجابات أفراد العينة كشفت عن صعوبة الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,١٤) ، كذلك صعوبة انجاز العمل عند مواجهة مشكلة مع شخص قريب جداً ؛حيث حصلت على متوسط (٢,٢٥) ، كما كشفت عن صعوبة نسيان الأمور التي لا تسير بشكل سليم كما يرغب وصعوبة التركيز على الأمور الأخرى ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٤٥) ، كذلك إعاقة أحداث الحياة الضاغطة عن أداء الأعمال ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٥١).

كما يتضح من الجدول (١١) أن استجابات أفراد العينة من الأيتام تكشف الترابط القوي مع المجموعات كما يظهر في العبارة رقم (٦) والتي حصلت على أعلى المتوسطات (٤,١٩) كما تكشف الرغبة القوية في الاستمتاع بالتحدي كما يظهر في العبارة رقم (٣٥) والتي حصلت على متوسط (٤,١٧) ، وكذلك الشعور بأنه مهما يكون اليوم سيئاً فإن غداً قد يكون أفضل حيث حصلت على متوسط (٤,٠٨) ، كذلك اليقين التام بأن عند بداية المسير فإني سأصل في النهاية كما في العبارة رقم (١٣) والتي حصلت على متوسط (٤,٠٧)، كما يشير الجدول إلى امتلاك أفراد العينة من الأيتام حب الاستمتاع بمنافسة الآخرين كما يظهر في العبارة رقم (٢٤) والتي حصلت على متوسط (٤,٠١).

و يشير الجدول (١١) أن استجابات أفراد العينة من الأيتام كشفت عن الصعوبة في الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة ؛ حيث حصلت هذه العبارة على متوسط (٢,١٣) ، كما تكشف عن صعوبة انجاز الأعمال عند مواجهة المشاكل مع الأشخاص المقربين ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٢٢) ، كذلك كشفت استجابات أفراد العينة عن عدم الاطمئنان إلى المواقف الجديدة التي لا يعرف ما سيحدث فيها ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٢٦)، كذلك أشارت إلى صعوبة نسيان الأمور السيئة والتركيز على أمور أخرى؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٣٨) ، كذلك عدم القدرة على مواجهة أكثر من مشكلة في وقت واحد ؛ حيث حصلت على متوسط (٢,٥٩).

ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء المرحلة العمرية لعينة الدراسة ، حيث أن هذه المرحلة تصل بالفرد إلى مستوى متقدم من النضج يشعر من خلاله بإمكاناته وقدراته ويعمل في ضوء ذلك على تحقيق أهدافه وإثبات ذاته بصورة دائمة والدفاع عن حقوقه.

كما أن الفرد في هذه المرحلة العمرية يحرص على تأكيد وجوده النفسي الاجتماعي وبالتالي فهو يحرص بصورة دائمة على الجلوس قريباً من الناس في الأماكن العامة وإقامة علاقات مع الآخرين (المفرجي ،١٤٢٨هـ :١٣٩).

ويتفق هذا مع ما ذكره كل من (دبلار،١٩٩٩٠م؛ كوزي،١٩٩١م؛ وكريستوفر ،١٩٩٦م)، من أن أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة لديهم تمركز حول الذات ، ويتمتعون بالإنجاز ، ولديهم القدرة على التحمل ، والواقعية نحو العمل ، ولديهم النزعة التفاؤلية ، وأكثر توجهاً نحو الحياة (أبوندى ،٢٠٠٧م:٣١-٣٢).

ومع ما ذكره (حمادة وعبد اللطيف،٢٠٠٢م:٢٣٧-٢٣٨) بأنهم :" ملتزمون بالعمل الذي عليهم أداؤه ، وأنهم يشعرون أن لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلاً من شعورهم بفقدان القوة ، ويجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة لممارسة اتخاذ القرار.

وبناء على استجابات أفراد العينة فإنه يمكن تحديد المظاهر الأكثر شيوعاً والأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من الطلاب العاديين والأيتام في مدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث على النحو التالي :

أولاً: العاديين	
المظاهر الأكثر شيوعاً للصلابة النفسية	**المظاهر الأقل شيوعاً للصلابة النفسية**
الاستمتاع بالتحدي .	**صعوبة الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة .**
الشعور بالترابط القوي مع مجموعة من الناس	**صعوبة إنجاز العمل عند مواجهة مشكلة مع شخص قريب جداً .**
اليقين بأنه عند بداية المسير سيتم الوصول إلى النهاية	**عدم الاطمئنان إلى المواقف الجديدة التي لا يُعرف ما سيحدث فيها.**

الاستمتاع بمنافسة الآخرين .	صعوبة نسيان الأمور التي لاتسير بشكل سليم كما يرغب والتركيز على أمور أخرى .
شخصية متفائلة بشكل عام	غالباً ما تعيق أحداث الحياة عن أداء العمل.
ثانياً : الأيتام	
المظاهر الأكثر شيوعاً للصلابة النفسية	**المظاهر الأقل شيوعاً للصلابة النفسية**
الشعور بالترابط القوي مع مجموعة من الناس .	صعوبة الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة .
الاستمتاع بالتحدي .	صعوبة إنجاز العمل عند مواجهة مشكلة مع شخص قريب جداً.
الشعور عادة أنه مهما كان اليوم سيئاً فإن غداً قد يكون أفضل .	عدم الاطمئنان إلى المواقف الجديدة التي لايعرف ما يحدث فيها .
المثابرة ومواصلة السير حتى النهاية .	صعوبة نسيان الأمور عندما لا تسير بشكل سليم كما يرغب ، والتركيز على أمور أخرى .
الاستمتاع بمنافسة الآخرين .	صعوبة مواجهة أكثر من مشكلة في وقت واحد

الفرض الثاني:

لا توجد مظاهر أكثر شيوعاً وأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وذلك للعبارات المدونة في مقياس أحداث الحياة الضاغطة والتي تأخذ الأرقام من (١-٧٠) ، وتقيس أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، وتم كذلك حساب المتوسط الحسابي العام لأحداث الحياة الضاغطة، وذلك لكل بعد من الأبعاد السبعة الفرعية للمقياس ، ولكل من الطلاب العاديين والأيتام. وعرضت النتائج كالتالي:

جدول (١٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة العاديين تبعاً للأبعاد الرئيسية لأحداث الحياة الضاغطة

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
الضغوط الدراسية	٣	أجد صعوبة في بعض المناهج الدراسية	١,٥٥	١,٠٦	
	١٠	انخفاض المستوى العلمي للأساتذة يؤثر علي	١,١٦	١,٠٧	
	١٧	أجد صعوبة في تركيز انتباهي أثناء الحصص وأثناء المذاكرة لمدة طويلة	١,٠٢	١,٠٧	
	٢٤	أجد صعوبة في انجاز واجباتي الدراسية وعدم معرفتي بالطرق الجيدة للمذاكرة	٠,٩٤	٠,٩٩	
	٣١	لا أجد مساعدة من الأساتذة لي في حل مشكلاتي الدراسية والشخصية	٠,٨١	١,٠١	١
	٣٨	أشعر بعدم الرغبة في دراسة بعض المواد الدراسية المقررة	١,١٨	١,١٤	
	٤٥	يرهقني كثرة الامتحانات المستمرة طوال العام الدراسي	١,٠٣	١,١٩	
	٥٢	أجد صعوبة في الإجابة الشفوية أثناء الدروس	٠,٨٧	٠,٩٧	
	٥٩	من الصعب الحصول على المراجع الدراسية المطلوبة في مكتبة المدرسة	٠,٧٩	١,٠١	
	٦٦	أشعر برغبة قوية في ترك المدرسة من وقت لآخر	٠,٨٩	١,٠١	
		المتوسط العام	١,٠٧	٠,٩٢	
الضغوط الصحية	٦	المواد التي أدرسها لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي	٠,٩٦	١,٠٦	
	١٣	لا يقدرني الآخرين	٠,٧٦	١,٠٢	
	٢٠	من الصعب أخذ قرار حاسم في بعض الأمور	١,١٩	١,٠٠	
	٢٧	أجد صعوبة في تحقيق طموحاتي في الحياة	٠,٩٥	١,٠٠	
	٣٤	ألوم نفسي لأقل خطأ أقع فيه	١,٢٢	١,١٠	
	٤١	لا أجد استقراراً في حياتي الشخصية	٠,٦٤	٠,٩٢	٢
	٤٨	أخشى الوقوع في أخطاء تخل بالآداب أو القواعد الاجتماعية	١,١٢	١,١٤	
	٥٥	أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط الأمور	٠,٦٨	٠,٩٤	
	٦٢	أنفعل بسرعة في أغلب المواقف	١,٠٣	١,٠٤	
	٦٩	ينتقدني غيري وينفرون من تصرفاتي	٠,٥٩	٠,٨٤	
		المتوسط العام	٠,٩١	٠,٨٢	
الضغوط الانفعالية	٥	لا أنام عندما تقابلني مشكلة في حياتي	١,١٩	١,٠٨	
	١٢	لا أحب الاشتراك في الحفلات أو النشاط الجماعي داخل المدرسة	١,٠٧	١,١٥	
	١٩	أغير من زملائي لأنهم أفضل مني	٠,٥٦	٠,٩١	
	٢٦	أغضب لأتفه الأسباب	٠,٩٣	١,٠٤	
	٣٣	أشعر بالخجل والحساسية الزائدة باستمرار حتى مع زملائي وأساتذتي	٠,٦٨	٠,٩٥	٣
	٤٠	يتغير مزاجي وأثور بسرعة	٠,٩٣	٠,٩٩	
	٤٧	لا أشعر بالحب	٠,٧٥	١,٠٣	
	٥٤	أنني سريع البكاء والتأثر	٠,٧٠	١,٠١	

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
	٦١	ينفذ صبري بسهولة وأغضب بسرعة	٠,٩٩	١,٠٦	
	٦٨	أفضل الوحدة والجلوس بمفردي بعيداً عن الآخرين	٠,٨٦	١,٠١	
		المتوسط العام	٠,٨٧	٠,٧٧	
الضغوط الشخصية	٧	أشعر بالضعف العام وإصفرار الوجه من وقت لآخر	٠,٦٩	٠,٩٦	
	١٤	أشعر بالصداع والآلام في الرأس من وقت لآخر	١,٠١	١,٠١	
	٢١	أشعر بصعوبة في التنفس من وقت لآخر	٠,٧٧	٠,٩٧	
	٢٨	تصيبني آلام عضوية في الظهر أو في أي عضو في جسمي عند قيامي بعمل	١,٠١	١,٠٣	
	٣٥	أشعر بالتعب عندما أبذل جهد	١,٣٢	١,٠٨	٤
	٤٢	أشعر بضعف الشهية أو سوء الهضم من وقت لآخر	٠,٧٢	٠,٩٣	
	٤٩	تضطرب بعض أجهزة الحس(سمع – بصر – لمس – شم – ذوق) لدي	٠,٦٣	٠,٩٥	
	٥٦	يضايقني حب الشباب أو عدم نضارة بشرتي	٠,٦٣	٠,٩٧	
	٦٣	أشعر بزيادة وسرعة دقات قلبي من وقت لآخر	٠,٨٢	٠,٩٩	
	٧٠	أعاني من نقص الاهتمام بالرعاية الطبية المناسبة	٠,٦١	٠,٩٩	
		المتوسط العام	٠,٨٢	٠,٧٤	
الضغوط الاجتماعية	٤	تكثر المشاجرات بيني وبين زملائي	٠,٨٤	٠,٩٦	
	١١	لا يوجد انسجام أو توافق بين وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها	٠,٧٧	٠,٩٨	
	١٨	أتعرض لكثير من المقالب من زملائي	٠,٨٧	٠,٩٢	
	٢٥	أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي	٠,٦٩	٠,٩٠	
	٣٢	لا توجد روح الحب والتعاون بيني وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها	٠,٧٢	١,٠١	
	٣٩	تكثر العداوة بيني وبين زملائي ويكرهونني	٠,٥٣	٠,٨٥	٥
	٤٦	لا يساعدني زملائي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة	٠,٧٥	٠,٩٢	
	٥٣	أجد صعوبة في الاحتفاظ بالأصدقاء داخل المدرسة أو خارجها	٠,٦٢	٠,٩٢	
	٦٠	لا أكون مقبولاً من زملائي في المدرسة أو خارجها	٠,٥٤	٠,٨٨	
	٦٧	لا يحترمني زملائي ولا يثقون بي	٠,٤٤	٠,٨٣	
		المتوسط العام	٠,٦٨	٠,٧٥	
الضغوط الأسرية	١	تكثر الخلافات التي تحدث بين أفراد أسرتي	٠,٧٥	٠,٨٨	
	٨	لا يوجد احترام أو تعاون بين أفراد أسرتي	٠,٤٣	٠,٨٥	
	١٥	أشعر بعدم أهميتي بين أفراد الأسرة	٠,٥٣	٠,٩٢	
	٢٢	لا يهتم كل منا بالآخر داخل الأسرة	٠,٤٤	٠,٨٨	
	٢٩	يعاملني والدي أو من يقوم مقامها بقسوة	٠,٥١	٠,٨٩	٦
	٣٦	يعاقبني والدي أو من يقوم مقامهما على أخطائي ولو كانت بسيطة	٠,٨٥	١,٠١	
	٤٣	لا أنسجم مع والدي أو من يقوم مقامهما ولا أتقبل رأيهما	١,١١	١,١٤	
	٥٠	لا أجد تقارب بيني وبين أفراد أسرتي في أمور كثيرة (الاهتمامات – الرغبات)	٠,٥٦	٠,٩٠	

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
	٥٧	يفرق والدي أو من يقوم مقامهما بيني وبين أخوتي في المعاملة	٠,٤٩	٠,٨٤	
	٦٤	لا استطيع التعبير عن آرائي الشخصية داخل أسرتي	٠,٦٤	٠,٩٦	
		المتوسط العام	٠,٥٨	٠,٨١	
الضغوط الاقتصادية	٢	ينخفض مستوى دخل أسرتي	٠,٨٢	٠,٩٥	
	٩	مصروفي الشخصي قليل جداً بسبب دخل الأسرة المنخفض	٠,٥٤	٠,٩١	
	١٦	أخجل عند زيارة زميل في منزلي لنقص أثاث المنزل	٠,٥٨	٠,٩٢	
	٢٣	يوجد نقص في حاجاتي ومتطلباتي الشخصية بسبب نقص المال	٠,٤٥	٠,٨٢	
	٣٠	أخاف من المستقبل بسبب انخفاض دخل أسرتي	٠,٥٢	٠,٨٦	٧
	٣٧	تضعف طموحاتي بسبب نقص حاجاتي المادية	٠,٥٩	٠,٨٨	
	٤٤	قلة ملابسي وسوء مظهري الشخصي أمام زملائي يشعرني بالضيق	٠,٥١	٠,٩١	
	٥١	أخجل من زملائي لأنني أسكن في حي شعبي بسيط	٠,٤١	٠,٨٢	
	٥٨	من الصعب شراء المراجع الدراسية المطلوبة بسبب العجز المادي لأسرتي	٠,٥٣	٠,٨٩	
	٧٠	أعاني من نقص الاهتمام بالرعاية الطبية المناسبة	٠,٦٤	١,٠٠	
		المتوسط العام	٠,٥٥	٠,٨٠	

جدول (١٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة الأيتام تبعاً للأبعاد الرئيسية لأحداث الحياة الضاغطة

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
الضغوط الدراسية	٣	أجد صعوبة في بعض المناهج الدراسية	١,٥٧	١,٠٦	
	١٠	انخفاض المستوى العلمي للأساتذة يؤثر علي	١,١٨	١,٠٩	
	١٧	أجد صعوبة في تركيز انتباهي أثناء الحصص وأثناء المذاكرة لمدة طويلة	١,٣٨	١,١٠	
	٢٤	أجد صعوبة في انجاز واجباتي الدراسية وعدم معرفتي بالطرق الجيدة للمذاكرة	١,١٤	١,٠٠	
	٣١	لا أجد مساعدة من الأساتذة لي في حل مشكلاتي الدراسية والشخصية	٠,٨٧	١,٠٨	١
	٣٨	أشعر بعدم الرغبة في دراسة بعض المواد الدراسية المقررة	١,٣١	١,١٨	
	٤٥	يرهقني كثرة الامتحانات المستمرة طوال العام الدراسي	١,٢٢	١,١٤	
	٥٢	أجد صعوبة في الإجابة الشفوية أثناء الدروس	٠,٩٧	٠,٩٨	
	٥٩	من الصعب الحصول على المراجع الدراسية المطلوبة في مكتبة المدرسة	٠,٨٨	١,٠٢	
	٦٦	أشعر برغبة قوية في ترك المدرسة من وقت لآخر	٠,٨٧	١,٠١	

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
		المتوسط العام	١,١٤	٠,٩١	
الضغوط الصحية	٦	المواد التي أدرسها لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي	٠,٩٩	١,٠٥	
	١٣	لا يقدرني الآخرين	٠,٨٤	١,٠٥	
	٢٠	من الصعب أخذ قرار حاسم في بعض الأمور	١,٤١	١,١٢	
	٢٧	أجد صعوبة في تحقيق طموحاتي في الحياة	٠,٩٨	١,٠١	
	٣٤	ألوم نفسي لأقل خطأ أقع فيه	١,٣١	١,١٢	
	٤١	لا أجد استقراراً في حياتي الشخصية	٠,٧٢	٠,٩٣	٢
	٤٨	أخشى الوقوع في أخطاء تخل بالآداب أو القواعد الاجتماعية	١,١١	١,١٤	
	٥٥	أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط الأمور	٠,٩١	١.٠٣	
	٦٢	أنفعل بسرعة في أغلب المواقف	٠,٩١	١,٠٠	
	٦٩	ينتقدني غيري وينفرون من تصرفاتي	٠,٦١	٠,٨٨	
		المتوسط العام	٠,٩٨	٠,٨١	
الضغوط الانفعالية	٥	لا أنام عندما تقابلني مشكلة في حياتي	١,٢٧	١,٠٦	
	١٢	لا أحب الاشتراك في الحفلات أو النشاط الجماعي داخل المدرسة	١,٠٨	١,١٤	
	١٩	أغير من زملائي لأنهم أفضل مني	٠,٦٣	١,٠٠	
	٢٦	أغضب لأتفه الأسباب	٠,٨٣	١,٠٣	
	٣٣	أشعر بالخجل والحساسية الزائدة باستمرار حتى مع زملائي وأساتذتي	٠,٨١	١,٠٣	٣
	٤٠	يتغير مزاجي وأثور بسرعة	١,٠٧	١,٠٨	
	٤٧	لا أشعر بالحب	٠,٧٠	١,٠٠	
	٥٤	أنني سريع البكاء والتأثر	٠,٨٢	١,٠١	
	٦١	ينفذ صبري بسهولة وأغضب بسرعة	٠,٩٨	١,٠٢	
	٦٨	أفضل الوحدة والجلوس بمفردي بعيداً عن الآخرين	١,١١	١,١٣	
		المتوسط العام	٠,٩٣	٠,٨٤	
الضغوط الشخصية	٧	أشعر بالضعف العام واصفرار الوجه من وقت لآخر	٠,٧٩	٠,٩٩	
	١٤	أشعر بالصداع والآلام في الرأس من وقت لآخر	١,١١	١,٠٢	
	٢١	أشعر بصعوبة في التنفس من وقت لآخر	١,٠٥	١,١٢	
	٢٨	تصيبني آلام عضوية في الظهر أو في أي عضو في جسمي عند قيامي بعمل	٠,٩٩	١,٠٣	
	٣٥	أشعر بالتعب عندما أبذل جهد	١,٣٩	١,٠٦	٤
	٤٢	أشعر بضعف الشهية أو سوء الهضم من وقت لآخر	٠,٧٢	٠,٩٣	
	٤٩	تضطرب بعض أجهزة الحس(سمع – بصر – لمس – شم – ذوق) لدي	٠,٦٠	٠,٩٠	
	٥٦	يضايقني حب الشباب أو عدم نضارة بشرتي	٠,٧٨	١,٠٥	
	٦٣	أشعر بزيادة وسرعة دقات قلبي من وقت لآخر	٠,٨٩	٠,٩٦	
	٧٠	أعاني من نقص الاهتمام بالرعاية الطبية المناسبة	٠,٧٠	١,٠٢	

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
		المتوسط العام	٠,٩٢	٠,٨٤	
الضغوط الاجتماعية	٤	تكثر المشاجرات بيني وبين زملائي	٠,٨٠	٠,٩٩	
	١١	لا يوجد انسجام أو توافق بين وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها	٠,٧٩	٠,٩١	
	١٨	أتعرض لكثير من المقالب من زملائي	١,٠١	٠,٩٩	
	٢٥	أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي	٠,٦٧	٠,٩٣	
	٣٢	لا توجد روح الحب والتعاون بيني وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها	٠,٧٢	٠,٩٧	
	٣٩	تكثر العداوة بيني وبين زملائي ويكرهونني	٠,٥٤	٠,٨٦	٥
	٤٦	لا يساعدني زملائي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة	٠,٧٥	٠,٩٦	
	٥٣	أجد صعوبة في الاحتفاظ بالأصدقاء داخل المدرسة أو خارجها	٠,٦٧	٠,٩٥	
	٦٠	لا أكون مقبولاً من زملائي في المدرسة أو خارجها	٠,٥٦	٠,٩٣	
	٦٧	لا يحترمني زملائي ولا يثقون بي	٠,٤٥	٠,٨٥	
		المتوسط العام	٠,٧٠	٠,٧١	
الضغوط الاقتصادية	٢	ينخفض مستوى دخل أسرتي	١,١٨	١,٠٠	
	٩	مصروفي الشخصي قليل جداً بسبب دخل الأسرة المنخفض	٠,٧٦	١,٠٤	
	١٦	أخجل عند زيارة زميل في منزلي لنفص أثاث المنزل	٠,٧٩	١,٠٧	
	٢٣	يوجد نقص في حاجاتي ومتطلباتي الشخصية بسبب نقص المال	٠,٦٧	٠,٩٩	
	٣٠	أخاف من المستقبل بسبب انخفاض دخل أسرتي	٠,٧٣	١,٠٦	٦
	٣٦	تضعف طموحاتي بسبب نقص حاجاتي المادية	٠,٧٧	٠,٩٩	
	٤٤	قلة ملابسي وسوء مظهري الشخصي أمام زملائي يشعرني بالضيق	٠,٦٩	١,٠٢	
	٥١	أخجل من زملائي لأنني أسكن في حي شعبي بسيط	٠,٤٩	٠,٨٢	
	٥٨	من الصعب شراء المراجع الدراسية المطلوبة بسبب العجز المادي لأسرتي	٠,٦٦	٠,٩٩	
	٦٥	أخاف من الإصابة بالمرض لصعوبة الإنفاق على العلاج	٠,٧٢	٠,٩٩	
		المتوسط العام	٠,٧٥	٠,٨١	
الضغوط الأسرية	١	تكثر الخلافات التي تحدث بين أفراد أسرتي	٠,٨٩	٠,٩٧	
	٨	لا يوجد احترام أو تعاون بين أفراد أسرتي	٠,٠٦	٠,٩٩	
	١٥	أشعر بعدم أهميتي بين أفراد الأسرة	٠,٦٤	١,٠٠	
	٢٢	لا يهتم كل منا بالآخر داخل الأسرة	٠,٥٨	٠,٩٩	
	٢٩	يعاملني والدي أو من يقوم مقامها بقسوة	٠,٥٧	٠,٩٢	٧
	٣٦	يعاقبني والدي أو من يقوم مقامهما على أخطائي ولو كانت بسيطة	٠,٨٨	٠,٩٩	
	٤٣	لا أنسجم مع والدي أو من يقوم مقامهما ولا أتقبل رأيهما	٠,٥٤	٠,٩٣	
	٥٠	لا أجد تقارب بيني وبين أفراد أسرتي في أمور كثيرة (الاهتمامات – الرغبات)	٠,٦٧	٠,٩٥	
	٥٧	يفرق والدي أو من يقوم مقامهما بيني وبين أخوتي في المعاملة	٠,٥٤	٠,٩١	

البعد	رقم العبارة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
	٦٤	لا استطيع التعبير عن آرائي الشخصية داخل أسرتي	٠,٩٧	٠,٩٨	
		المتوسط العام	٠,٦٧	٠,٨٩	

يتضح من الجدول (١٢) ، و(١٣) ارتفاع مستويات الضغوط الدراسية ،حيث حصلت عبارات بعد الضغوط الدراسية على متوسط (١,٠٧) للعاديين ، ومتوسط (١,١٤) للأيتام.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن المناهج الدراسية وما تسببه لهم الضيق والإحباط نتيجة شعورهم بصعوبتها وطول محتواها، وعدم مراعاتها ،ومناسبتها لميولهم ، وكذلك لإدراكهم الخوف والرهبة من الاختبارات وما تمثله لهم من تهديد وذلك لكونها تؤثر في مستقبلهم.

كما يفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء ما تمثله الاختبارات الدراسية من قلق لطلاب (العاديين – الأيتام)، وما تسببه من جهد بدني ونفسي وعقلي ، الذي يشعرهم بالتوتر والإجهاد.

و جاءت الضغوط الصحية في الترتيب الثاني بالنسبة للعاديين والأيتام ،حيث حصلت على متوسط (٠.٩١) للعاديين ، ومتوسط (٠.٩٨) للأيتام.

كما يتضح من الجدول (١٢) انخفاض مستوى الضغوط الاقتصادية ، حيث حصلت على متوسط (٠,٥٥) لدى أفراد العينة من العاديين.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى تمتع أفراد عينة الدراسة بالعيش مع الوالدين ، وتوفر الدخل المالي لهم ،مما يؤدي إلى توفير المستلزمات الضرورية ،ويجعلهم لا يشعرون بالحرج من الآخرين نتيجة للاستقرار الاقتصادي الجيد لهم ، وعدم بذل جهد كبير من قبلهم لتوفيره ،مما يزيد الثقة لديهم.

كما يتضح من الجدول (١٣) انخفاض مستوى الضغوط الأسرية لدى أفراد العينة من الأيتام ،حيث حصلت عبارات البعد على أدنى المتوسطات (٠,٦٧).

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى افتقادهم إلى الوالدين أو أحدهم وما يسببه ذلك من ضعف الشعور بالجو الأسري ، وما يترتب على ذلك من عدم الإحساس بما يدور داخل

الأسرة ، وأيضاً قد يعود ذلك إلى أن الطالب اليتيم يشعر بالتقوقع حول نفسه ، وسيطرة تفكيره حول ذاته وهمومه ، ومشكلاته.

وهذا ما تؤيده دراسة (كوبازا،١٩٨٣م ؛ مخيمر ،١٩٩٦م) التي أشارت إلى أهمية الاستقرار الأسري ، وما يمنحه من دفء بين الطفل ووالديه يمثل أهم سند اجتماعي للطفل ، كما أنها تجعله أكثر شعوراً بالثقة ، والفاعلية والتحدي عند مواجهة الضغوط .

ومن خلال استجابات أفراد العينة(العاديين – الأيتام) فإنه يمكن تحديد المظاهر الأكثر شيوعاً والأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الطلاب العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث على النحو التالي:

أولاً: العاديين	
المظاهر الأكثر شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة	**المظاهر الأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة**
الضغوط الدراسية	**الضغوط الاقتصادية**
الضغوط الصحية	**الضغوط الأسرية**
الضغوط الانفعالية	**الضغوط الاجتماعية**
ثانياً: الأيتام	
المظاهر الأكثر شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة	**المظاهر الأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة**
الضغوط الدراسية	**الضغوط الأسرية**
الضغوط الصحية	**الضغوط الاقتصادية**
الضغوط الانفعالية	**الضغوط الاجتماعية**

الفرض الثالث:

لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

لتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطيه بين درجات الصلابة النفسية ودرجات أحداث الحياة الضاغ طة لدى عينة الدراسة من الطلاب العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، وكانت النتائج كالتالي:

أولاً: عينة الطلاب العاديين :

جدول (١٤)

العلاقة الارتباطيه بين درجات الصلابة النفسية ودرجات أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الطلاب العاديين

الصلابة النفسية	أحداث الحياة الضاغطة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية	البعد الأول: الضغوط الأسرية	-٠,٣١٣	٠,٠١
	البعد الثاني: الضغوط الاقتصادية	-٠,٢٩٨	٠,٠١
	البعد الثالث: الضغوط الدراسية	-٠,٢٥٤	٠,٠١
	البعد الرابع: الضغوط الاجتماعية	-٠,٣٢٩	٠,٠١
	البعد الخامس: الضغوط الانفعالية	-٠,٣٥٤	٠,٠١
	البعد السادس: الضغوط الصحية	-٠,٣١٢	٠,٠١
	البعد السابع: الضغوط الشخصية	-٠,٣٠٠	٠,٠١
	الدرجة الكلية	-٠,٣٦٢	٠,٠١

تشير نتائج الجدول رقم (١٤) إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الطلاب العاديين على مقياس الصلابة النفسية ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة سواء على مستوى الأبعاد الفرعية السبعة أو على مستوى الدرجة الكلية للمقياس. وهذه النتائج تعني أن زيادة درجات الصلابة النفسية تؤدي إلى انخفاض مظاهر الضغوط الحياتية، وكانت معاملات الارتباط كالتالي:

وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الأسرية وبمعامل ارتباط (-٠,٣١٣)، و توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الاقتصادية وبمعامل ارتباط (-٠,٢٩٨)، كما توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الدراسية وبمعامل ارتباط (-٠,٢٥٤). توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الاجتماعية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٢٩)، توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الانفعالية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٥٤). توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلال ة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الصحية وبمعامل ارتباط (-٠,٣١٢). كما وجدت علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الشخصية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٠٠)، توجد علاقة ارتبا طيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة وبمعامل ارتباط (-٠,٣٦٢).

ثانياً: عينة الطلاب الأيتام :

جدول (١٥)

العلاقة الارتباطية بين درجات الصلابة النفسية ودرجات أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الطلاب الأيتام

الصلابة النفسية	أحداث الحياة الضاغطة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية	البعد الأول: الضغوط الأسرية	-٠,٣٧٩	٠,٠١
	البعد الثاني: الضغوط الاقتصادية	-٠,٣١١	٠,٠١
	البعد الثالث: الضغوط الدراسية	-٠,٢٥٤	٠,٠١
	البعد الرابع: الضغوط الاجتماعية	-٠,٣٣٤	٠,٠١
	البعد الخامس: الضغوط الانفعالية	-٠,٢٩٣	٠,٠١

الصلابة النفسية	أحداث الحياة الضاغطة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
	البعد السادس: الضغوط الصحية	**-٠,٣٨٢**	**٠,٠١**
	البعد السابع: الضغوط الشخصية	**-٠,٢٨٩**	**٠,٠١**
	الدرجة الكلية	**-٠,٤١٤**	**٠,٠١**

كما تشير نتائج الجدول (١٥) إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الطلاب الأيتام على مقياس الصلابة النفسية ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة سواء على مستوى الأبعاد الفرعية السبعة أو على مستوى الدرجة الكلية للمقياس . وهذه النتائج تعني أن زيادة درجات الصلابة النفسية لدى الأفراد تؤدي إلى انخفاض مظاهر الضغوط الحياتية لديهم ، وكانت معاملات الارتباط كالتالي:

وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الأسرية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٧٩)،وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الاقتصادية وبمعامل ارتباط (-٠,٣١١)،كما توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الدراسية وبمعامل ارتباط (-٠,٢٥٤)،و توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الاجتماعية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٣٤) ، وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الانفعالية وبم عامل ارتباط (-٠,٢٩٣)،وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الصحية وبمعامل ارتباط (-٠,٣٨٢)، كما توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية ودرجات الضغوط الشخصية وبمعامل ارتباط (-٠,٢٨٩)، و توجد علاقة ارتباطيه سالبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين درجات الصلابة النفسية والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة وبمعامل ارتباط (-٠,٤١٤).

وهذا يتفق مع ما توصلت إليه كوباز Kobasaمن أن الأشخاص ا لأكثر صلابة هم أكثر صموداً ومقاومة وضبطاً داخلياً وقيادة ومبادأة ونشاطا ودافعية ، فالصلابة النفسية تعمل كمتغير نفسي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية للفرد ، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون (المفرجي والشهري ، ٢٠٠٨م: ١٧٣).

كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة (البهاص ،٢٠٠٢م ؛ Clark,1995) من أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية العالية يستخدمون قدراتهم ومواردهم الشخصية والبيئية لحل المشكلات ومواجهة الضغوط النفسية مما يقلل من إحساسهم بالمعاناة ، وبالمشكلات الانفعالية.

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتائج دراسة دخان والحجار (٢٠٠٥م) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الصلابة النفسية تساهم بشكل فعال في فهم الضغوط بمعناها الحقيقي وبالتالي زيادة القدرة على مقاومتها ، والتقليل من تفاعلها وتأثيرها على الأفراد ، فالصلابة النفسية تعمل على ترحيب الفرد وتقبله للضغوط التي يتعرض لها ، حيث تعمل كمصد أو واقٍ ضد أحداث الحياة الضاغطة.

الفرض الرابع:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف كل من : (حالة الطالب، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية).

أولاً: المقارنة تبعاً لمتغير حالة الطالب :

ولتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (١٦) يوضح النتيجة.

جدول (١٦)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير حالة الطالب (عاديين، أيتام)

المقياس	حالة الطالب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	عاديين	٤٨٥	١٣٠,١٠	١٣,٤٦	٠,٤١	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	١٢٩,٦٠	١٤,٤٦			

يتضح من الجدول (١٦) أن المتوسطات الحسابية على مقياس الصلابة النفسية للطلاب العاديين (١٣٠,١٠) والأيتام (١٢٩,٦٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٤١) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة المجتمع المسلم الذين يدين بمساعدة اليتيم ودعمه وكفالته ، إضافة إلى الدعم الكبير الذي يجده الأيتام من المؤسسات الحكومية أو غير الرسمية مما ساعد على ردم الهوة الاجتماعية على الصعيد المادي والاجتماعي فيما بين الأيتام والعاديين ، ومن جانب آخر أدى تطابق المناهج الدراسية وما ينشأ عنها من تقارب فكري بين الفئتين إلى انعدام الفوارق في ما بينها.

ثانياً: المقارنة تبعاً لمتغير العمر:

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) والجدول (١٧) يوضح النتيجة.

جدول (١٧)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر

المقياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	٣٧٥,٨٢	٣	١٢٥,٢٨	٠,٦٧	غير دالة
	داخل المجموعات	١٢٢٤٧٩,٥٦	٦٥٠	١٨٨,٤٣		
	الكلي	١٢٢٨٥٥,٣٩	٦٥٣			

يلاحظ من خلال الجدول (١٧) أن قيمة (ف) تساوي (٠,٦٧) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Champimen&Muls,1999) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق بين المجموعات العمرية (الصغار ، والكبار من المراهقين) في الاستراتيجيات المستخدمة في التعامل مع الضغوط ، كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة المفرجي والشهري(٢٠٠٨م) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا تبعاً لاختلاف أعمار عينة الدراسة.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة بدر (٢٠٠٧م) والتي أشارت إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين متغير السن والصلابة النفسية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بإعتبار أن الصلابة النفسية هي سمة شخصية لا يمكن تحديدها بعمر معين وهو ما تؤكده Kobasa التي أشارت إلى أن الصلابة النفسية هي سمة شخصية لا تتحدد بسن معين (عبدالصمد، ٢٠٠٢م).

ثالثاً: المقارنة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية :

وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (١٨) يوضح النتيجة.

جدول (١٨)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف المرحلة الدراسية (المتوسطة ، الثانوية)

المقياس	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	المتوسطة	٣٠٣	١٢٨,٧٥	٢,٨٠	٢.١١	٦٥٢	دالة
	الثانوية	٣٥١	١٣١,٠٢	١٤,٤٠			

يشير الجدول (١٨) إلى أن المتوسطات الحسابية على مقياس الصلابة النفسية لطلاب المرحلة المتوسطة (١٢٨,٧٥) والمرحلة الثانوية (١٣١,٠٢)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٢,١١) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ،

وكانت الفروق في اتجاه طلاب المرحلة الثانوية، حيث أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم هو الأعلى.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إلية دراسة المفرجي والشهري (٢٠٠٨م) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف المرحلة الدراسية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء المرحلة العمرية المتقدمة التي يعيشها أفراد العينة في المرحلة الثانوية حيث أن الأعمار تتراوح مابين (١٦ – ١٨) وهذه الأعمار تنتمي إلى مرحلة المراهقة المتأخرة ، حيث أن الصلابة النفسية لدى المراهقين وخاصة مرحلة المراهقة المتأخرة تصل إلى مستوى مرتفع نتيجة للنضج الذي يصل إلية الفرد في هذه المرحلة في جميع مظاهر النمو (الجسمي ، الحركي ، العقلي الاجتماعي ، الانفعالي ، والجنسي) مقارنة بالمرحلة المتوسطة خاصة أن الصلابة النفسية سمة مكتسبة تنمو وترتقي عبر مراحل العمر المختلفة ،إضافة إلى ما يكتسبه الفرد خلال هذه المرحلة من الجوانب المعرفية والخبرات ، وما يتمتع به من استقلالية حيث يكون الفرد في هذه المرحلة أكثر اعتمادية وصموداً وتحملاً للأحداث الضاغطة.

ويرى الباحث استناداً إلى أدبيات الدراسات النفسية ونتائج البحوث والدراسات بأن زيادة العمر يؤثر تأثيراً إيجابياً في ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى الفرد نتيجة لما يواجهه من مواقف وخبرات تصقل من قدرات الفرد فيصبح أكثر صلابة ومقاومة.

كما يرى Colerick أن الصلابة النفسية تكون في حالة نمو مستمرة مع التقدم في العمر ، فكلما تقدم الشخص في العمر زادت درجة صلابته (دبور،٢٠٠٧م: ٣١).

رابعاً: المقارنة تبعاً لمتغير التخصص :

وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (١٩) يوضح النتيجة.

الجدول (١٩)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التخصص (طبيعي ، شرعي)

المقياس	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	طبيعي	٢٤١	١٣١,٢٧	١٣,٨٠	٠,٤٨	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	١٣٠,٤٧	١٥,٦٧			

يتضح من الجدول (١٩) أن المتوسطات الحسابية على مقياس الصلا بة النفسية لطلاب التخصص الطبيعي (١٣١,٢٧) والشرعي (١٣٠,٤٧)، وكانت قيمة (ت) تساوي (٠,٤٨) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة المفرجي والشهري (٢٠٠٨م) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف التخصص (طبيعي- شرعي).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الصلابة النفسية سمة شخصية ترتبط بعوامل شخصية وأسرية لا تقل أهمية عن العوامل المدرسية ، كما أن التخصص الدراسي يدعم الصلابة النفسية ولا يقلل منها لأن اختيار الطالب لتخصص قد يكون بناء على ميوله واتجاهاته ، ومن هنا نؤكد على أهمية الإرشاد المهني والتهيئة الإرشادية للطلاب في كيفية اختيار التخصص من خلال البرامج الإرشادية المقدمة لهم.

كما أن المناهج الدراسية المقدمة للطلاب بتخصصاتهم المختلفة (الطبيعي – الشرعي) قد لا تعطي الفرصة لظهور الطاقات الكامنة لدى الطلاب وتنميتها لأن المدة الزمنية التي يقضيها الطالب في هذه التخصصات تعتبر محدودة نوعاً ما وقد لا يتمكن من خلالها الطالب من تنمية أساليب مواجهة الضغوط بالصورة المطلوبة.

إضافة إلى أن المناهج الدراسية التي تقدم للطلاب قد يخلو مضمونها من متغيرات الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط ، ويقتصر دور المنا هج الدراسية على الجانب التعليمي المعرفي (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨م: ١٧٦).

ويؤكد ذلك العنزي والكندري (٢٠٠٤م:٣٨) من أن :"بعض المناهج الدراسية تكون قاصرة على الجانب التعليمي دون الاهتمام بشخصية المتعلم وتنمية قدراته".

وقد أوضحت أبو العينين (٢٠٠٤م) أن:" عدم وجود فروق بين القسمين ال طبيعي والشرعي قد يرجع إلى طبيعة المواد التي تدرس والتي لا تتيح فرص ظهور فروق واضحة بين التخصصين (الطبيعي – الشرعي) حيث أن أغلب المناهج تعتمد على التحصيل والتذكر فقط دون إتاحة فرصة للتمييز ، كما أن التخصصين يخضعان لنظام تعليمي واحد ، والفترة الزمنية التي يقضها الطالب في هذه التخصصات محدودة" (أبو العينين ، ٢٠٠٤م: ١٣٥).

خامساً: المقارنة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي :

ولتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) والجدول (٢٠) يوضح النتيجة.

جدول (٢٠)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي (ممتاز ،جيد جداً ، جيد ، مقبول)

المقياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	٩١٧٤,٧٥	٢	٤٥٨٧,٣٨	٢٦,٢٧	٠,٠١
	داخل المجموعات	١١٣٦٨٠,٦٣	٦٥١	١٧٤,٦٣		
	الكلي	١٢٢٨٥٥,٣٩	٦٥٣			

يتضح من خلال الجدول (٢٠) أن قيمة (ف) تساوي (٢٦,٢٧) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس الصلابة النفسية تبعاً للتحصيل الدراسي، ولمعرفة اتجاهات الفروق، تم استخدام اختبار شيفيه وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢١)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لمقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	١٣٣,٨٢	–	*	*	لصالح ممتاز
جيد جداً	١٢٨,٦٦		–	*	لصالح جيد جداً
مقبول – جيد	١٢٣,٦٣			–	

*تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠.٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى

يشير الجدول (٢١) إلى أنه توجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين الطلاب ذوي التحصيل الدراسي (ممتاز) وذوي التحصيل الدراسي (جيد جداً) ولصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز)،كما توجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين الطلاب ذوي التحصيل الدراسي (ممتاز) وذوي التحصيل الدراسي (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز)، كما توجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين الطلاب ذوي التحصيل الدراسي (جيد جداً) وذوي التحصيل الدراسي (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التقدير (جيد جداً).

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من (Tomas. E. Scruggs & margo.A. Masteropieri,1988) والتي كشفت نتائجها عن وجود علاقة بين مستويات الصلابة وحالات التعلم بالنسبة للطلاب الموهوبين ، حيث كانوا أعلى قدرة من الطلاب الغير موهوبين في تقبلهم للتعلم .

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن الطموح والنظرة المستقبلية لتحقيق مستوى أعلى في التحصيل والتفوق الدراسي لدى الطلاب يمدهم بقوة التحمل والصلابة ، والتماسك في كيفية مواجهة المشكلات والتغلب على الصعوبات التي تواجههم من خلال اتخاذ القرارات السليمة ومعرفتهم بأوجه التقييم للضغوط الخاصة بالعمليات المعرفية التي تولد لدى الأفراد القدرة على الولاء لمبادئ ، وقيم المجتمع كنوع من الالتزام ، وتدعيم القيمة الذاتية ، لجعلهم أكثر فاعلية في مواجهة الضغوط.

سادساً: المقارنة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة :

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) والجدول (٢٢) يوضح النتيجة.

جدول (٢٢)

نتائج اختبار (ف) للمقارنة بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة

المقياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	١٢٦٧,٣٧	٢	٦٣٣,٦٨	٣,٣٩	دالة
	داخل المجموعات	١٢١٥٨٨,٠٢	٦٥١	١٨٦,٧٧		
	الكلي	١٢٢٨٥٥,٣٩	٦٥٣			

ويتضح من خلال الجدول (٢٢) أن قيمة (ف) تساوي (٣,٣٩) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمستوى دخل الأسرة، ولمعرفة اتجاهات الفروق، تم استخدام اختبار شيفيه ،والجدول (٢٣) يوضح النتيجة :

جدول (٢٣)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لمقياس الصلابة النفسية تبعاً لمستوى دخل الأسرة

مستوى دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	١٣١,٨٠	–	*	*	لصالح مرتفع
متوسط	١٢٩,٤٨		–	*	لصالح متوسط
منخفض	١٢٦,٢٤			–	

**تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠.٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى*

يشير الجدول (٢٣) إلى أنه توجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين مستوى دخل الأسرة (مرتفع) ومستوى دخل الأسرة (متوسط) ولصالح مستوى دخل الأسرة (مرتفع)؛كما توجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين مستوى دخل الأسرة (مرتفع) ومستوى دخل الأسرة (منخفض) ولصالح مستوى دخل الأسرة (مرتفع)؛ وتوجد فروق في درجات الصلابة النفسية بين مستوى دخل الأسرة (متوسط) ومستوى دخل الأسرة (منخفض) ولصالح مستوى دخل الأسرة (متوسط).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (جودة ،٢٠٠٢م ؛ الرفاعي،٢٠٠٣م ، المفرجي والشهري، ٢٠٠٨م).

كما أشار المفرجي والشهري (٢٠٠٨م) إلى أن أصحاب الدخل المنخفض والمتوسط يمرون بتحديات ،وصعوبات ،ومشكلات حياتية ضاغطة أكثر مما يمر به أصحاب الدخل المرتفع ، مما قد يجعل تعرضهم للضغوط النفسية والاجتماعية بشكل مستمر ، وبالتالي فإن قدرتهم على تحمل ومواجهة الضغوطات المتتالية والتي تفرضها طبيعة الحياة العصرية المتسارعة أقل قدرة من أصحاب الدخل المرتفع الذين لا يواجهون النقص في الجانب الاقتصادي ، وبالتالي فإن تعرضهم للضغوط النفسية يكون بنسبة أقل.

كما يشير كل من (Blok&Kernard,et al,1998;Lcase,1999) أن هناك تبايناً واختلافاً كبيراً في مواجهة الضغوط والتوافق معها من قبل الأفراد ، وقد افترضت عدة مكونات نفسية تصف التوافق الإنساني ذكر منها الصلابة النفسية ، والدعم الاجتماعي ، أو المستوى الاقتصادي المرتفع.

وأشار(المفرجي، والشهري،٢٠٠٨م:١٨٧).أنه :"إضافة إلى التفكير الدائم والانشغال المستمر لذوي الدخل المنخفض على توفير المتطلبات الضرورية لحياة أفضل يجبرهم على تقديم مزيداً من التنازلات ، والتي قد لا يكونوا مقتنعين بها ولكنها ضرورية لتحقيق جزءاً من هذه المتطلبات".

كما يرى الباحث منطقية الاستجابات أعلاه في ظل الضغوط الاقتصادية التي تعصف بالأسر في هذا العصر.

سابعاً: المقارنة تبعاً لمتغير المدينة :

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٢٤) يوضح النتيجة :

جدول (٢٤)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير المدينة (مكة المكرمة ، الليث)

المقياس	المدينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	مكة المكرمة	٣٨٨	١٢٩,٤٦	١٣,٨٢	١,١٥	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	١٣٠,٧١	١٣,٥٥			

يتضح من خلال الجدول (٢٤) أن المتوسطات الحسابية على مقياس الصلابة النفسية لطلاب مدينة مكة المكرمة (١٢٩,٤٦) والليث (١٣٠,٧١)،وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,١٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (أبوسمهدانة ،٢٠٠٦م؛ Kaur,J.&Singh,K.,2008) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير السكن.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى التقارب الاجتماعي والمكاني بين أفراد عينة الدراسة ،والانفتاح الثقافي دور في انعدام الفوارق بين أبناء المدن والقرى في ظل ال تطور والانفجار المعلوماتي ، وتشابه الثقافات ، وهجرة أبناء القرى للمدن مما أدى إلى اندماج العادات والثقافات،خاصة كون مدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث تتبعان لمنطقة إدارية واحدة (منطقة مكة المكرمة).

ثامناً: المقارنة تبعاً لمتغير الجنسية :

وللتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث بإستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٢٥) يوضح النتيجة :

جدول (٢٥)

الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنسية (سعودي ،غير سعودي)

المقياس	الجنسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	سعودي	٥٥٧	١٢٩,٩١	١٣,٤٦	٠,٢٥	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	١٣٠,٢٩	١٥,١٩			

يتضح من الجدول (٢٥) أن المتوسطات الحسابية على مقياس الصلابة النفسية لطلاب السعوديين (١٢٩,٩١) و غير السعوديين (١٣٠,٢٩)، وكانت قيمة (ت) تساوي (٠,٢٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين عينة الدر اسة تبعاً لاختلاف الجنسية (سعودي ، غير سعودي).

ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً باعتبار أن الصلابة النفسية سمة شخصية مكتسبة منذ الصغر تساعد التنشئة الأسرية في تكوينها ، كما تساعد المؤثرات البيئية كالجيران والأقران والمدرسة والمسجد على تنميتها وارتقائها ، لذا لا يمكن تحديد سمة الصلابة النفسية بمجتمع دون الأخر و بجنسية معينة فمتى ما أعطي الفرد الدفء الأسري وقدراً من الحرية المعقولة في اتخاذ القرارات يجعلهم أكثر قدرة وتحدياً والتزاماً ومثابرة.

الفرض الخامس:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي يحصل عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لاختلاف كل من : (حالة الطالب، العمر، المرحلة الدراسية، التخصص، التحصيل الدراسي، مستوى دخل الأسرة، المدينة، الجنسية).

أولاً: المقارنة تبعاً لمتغير حالة الطالب :

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٢٦) يوضح النتيجة.

جدول (٢٦)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير حالة الطالب (عاديين ، أيتام)

البعد	حالة الطالب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأول	عاديين	٤٨٥	٥,٧٩	٥,٨٧	١,٦٥	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	٦,٦٦	٦,١٣			
الثاني	عاديين	٤٨٥	٥,٥٤	٥,٦٣	٣,٦٥	٦٥٢	دالة عند٠,٠١
	أيتام	١٦٩	٧,٤٦	٦,٦٠			
الثالث	عاديين	٤٨٥	١٠,٧٠	٥,٩٥	١,٣٢	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	١١,٤٠	٦,٠٣			
الرابع	عاديين	٤٨٥	٦,٧٦	٥,٤٧	٠,٤١	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	٦,٩٦	٥,٤٥			
الخامس	عاديين	٤٨٥	٨,٦٦	٥,٥٥	١,٣٠	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	٩,٣٠	٥,٤٦			
السادس	عاديين	٤٨٥	٩,١٣	٥,٥٤	١,٢٩	٦٥٢	غير دالة
	أيتام	١٦٩	٩,٧٩	٥,٩٣			

البعد	حالة الطالب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
السابع	عاديين	٤٨٥	٨,٢٢	٥,٥٣	٢,٠٢	٦٥٢	دالة
	أيتام	١٦٩	٩,٢٢	٥,٧٤			
الدرجة الكلية	عاديين	٤٨٥	٥٤,٨٠	٣٣,٦٠	١,٩٩	٦٥٢	دالة
	أيتام	١٦٩	٦٠,٨٠	٣٤,٢١			

يشير الجدول (٢٦) أن المتوسطات الحسابية للبعد الأول (الضغوط الأسرية) للطلاب العاديين (٥,٧٩) والأيتام (٦,٦٦)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٦٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، أما المتوسطات الحسابية للبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) للطلاب العاديين (٥,٥٤) والأيتام (٧,٤٦)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٣,٦٥) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاه الأيتام ،كما يتضح أن ا لمتوسطات الحسابية للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) للطلاب العاديين (١٠,٧٠) والأيتام (١١,٤٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٣٢) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، كما تبين أن المتوسطات الحسابية للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) للطلاب العاديين (٦,٧٦) والأيتام (٦,٩٦)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٤١) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، أما المتوسطات الحسابية للبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) للطلاب العاديين (٨,٦٦) والأيتام (٩,٣٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١.٣٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، كما أن المتوسطات الحسابية للبعد السادس (الضغوط الصحية) للطلاب العاديين (٩,١٣) والأيتام (٩,٧٩)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٢٩) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، أما المتوسطات الحسابية للبعد السابع (الضغوط الشخصية) للطلاب العاديين (٨,٢٢) والأيتام (٩,٢٢)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٢,٠٢)

وتشير إلى وجود فر وق ذات دلالة إحصائية ، والفروق في اتجاه الأيتام ، كما أن المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية للطلاب العاديين (٥٤,٨٠) والأيتام (٦٠,٨٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٩٩) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، والفروق في اتجاه الأيتام.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة زينة (٢٠٠٠م) التي أشارت إلى وجود فروق بين المتضررين وغير المتضررين من جراء حرب الخليج لصالح المتضررين من حرب الخليج.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن الأيتام أكثر تعرضاً لأحداث الحياة الضاغطة ، وأكثر تأثراً بها نتيجة لما يعانوه من فقد أحد الوالدين وحرمان أسري واجتماعي واقتصادي ، وذلك لغياب المسانده والدعم نتيجة للفقد في ظل متطلبات الحياة المتسارع ة المليئ بالأحداث والمواقف الضاغطة التي تجعلهم أقل صموداً ومواجهه لها من أقرانهم العاديين.

ثانياً: المقارنة تبعاً لمتغير العمر :

للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه، والجدول (٢٧) يوضح النتيجة.

جدول (٢٧)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير العمر

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الأول	بين المجموعات	٣٣٢٠,٠٧	٣	١١٠,٦٩	٣,١٧	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٧٢٥,٧٧	٦٥٠	٣٤,٩٦		
	الكلي	٢٣٠,٥٧,٨٥	٦٥٣			
الثاني	بين المجموعات	٢٣٠,٨١	٣	٧٦,٩٤	٢,١٨	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٢٩٢١,٣٨	٦٥٠	٣٥,٢٦		
	الكلي	٢٣١٥٢,١٩	٦٥٣			
الثالث	بين المجموعات	٢٠٨,٩١	٣	٦٩,٦٤	١,٩٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٣١٠٦,٥٥	٦٥٠	٣٥,٥٥		
	الكلي	٢٣٣١٥,٤٦	٦٥٣			
الرابع	بين المجموعات	٣٨١,٧٧	٣	١٢٧,٢٦	٤,٣٤	دالة

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	داخل المجموعات	١٩٠٨٠,٨٤	٦٥٠	٢٩,٣٦		
	الكلي	١٩٤٦٢,٦١	٦٥٣			
الخامس	بين المجموعات	١٥٤,٧٦	٣	٥١,٥٩	١,٧٠	غير دالة
	داخل المجموعات	١٩٧٨٣,٣١	٦٥٠	٣٠,٤٤		
	الكلي	١٩٩٣٨,٠٧	٦٥٣			
السادس	بين المجموعات	١٤٢,٣٧	٣	٤٧,٤٦	١,٤٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠٦٩٢,٨٠	٦٥٠	٣١,٨٤		
	الكلي	٢٠٨٣٥,١٦	٦٥٣			
السابع	بين المجموعات	١٠٩,١٧	٣	٣٦,٣٩	١,١٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠٣٤٦,٠٣	٦٥٠	٣١,٣٠		
	الكلي	٢٠٤٥٥,٢٠	٦٥٣			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٥٠٢٧,٦٧	٣	١٦٧٥,٨٩	١,٤٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٧٤٢٣٠٦,٠٢	٦٥٠	١١٤٢,٠١		
	الكلي	٧٤٧٣٣٣,٦٩	٦٥٣			

يتضح من الجدول (٢٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الحياة الضاغطة والدرجة الكلية لها سوى البعد الأول (الضغوط الأسرية) والبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) حيث كانت قيمة (ف) للبعد الأول (الضغوط الأسرية) تساوي (٣,١٧) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢٨)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الأسرية تبعاً لمتغير العمر

العمر	المتوسطات الحسابية	١٣-١٤ سنة	١٥ سنة	١٦ سنة	أكبر من ١٦ سنة	اتجاهات الفروق
١٣- ١٤ سنة	٧,٢٢	–	*	*	*	لصالح ١٣- ١٤ سنة
١٥ سنة	٥,٥٦		–			–
١٦ سنة	٥,٣٢			–		–
أكبر من ١٦ سنة	٥,٨٧				–	–

**تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى*

يتضح من الجدول (٢٨) وجود فروق في درجات الضغوط الأسرية بين طلاب الفئة العمرية (١٣-١٤) سنة وباقي الفئات العمرية (١٥ سنة، ١٦ سنة، أكبر من ١٦ سنة) لصالح طلاب الفئة العمرية (١٣-١٤سنة)، كما كانت قيمة (ف) للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) تساوي (٤,٣٤) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، ولتحديد اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢٩)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر

العمر	المتوسطات الحسابية	١٣- سنة ١٤	١٥ سنة	١٦ سنة	أكبر من١٦ سنة	اتجاهات الفروق
١٣- ١٤ سنة	**٨,١١**	-	*	*	*	**لصالح ١٣- ١٤**
١٥ سنة	**٦,٧٢**		-			-
١٦ سنة	**٦,٥٠**			-		-
أكبر من ١٦ سنة	**٦,١٣**				-	-

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

يتضح من الجدول (٢٩) توجد فروق في درجات الضغوط الاجتماعية بين طلاب الفئة العمرية (١٣-١٤) سنة وباقي الفئات العمرية (١٥ سنة، ١٦ سنة، أكبر من ١٦ سنة) ولصالح طلاب الفئة العمرية (١٣-١٤سنة).

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ياغي (٢٠٠٦م) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير العمر .

ويفسر الباح ث هذه النتيجة إلى التقارب الـعمري بين أفراد عينة الدراسة حيث ينتمون لفترة المراهقة التي يتميز الأفراد في هذه المرحلة بالبحث عن الاستقلالية والثقة بالنفس والاعتمادية واثبات الذات ، والطموح ، والآمال ، والمثالية ، والنمو الشخصي، كما أن هذه الدراسة أجريت في بيئة اجتماعية تتسم بنفس الثقافة ، وأساليب التنشئة الاجتماعية ، كما أنها أجريت على عينة تنتمي إلى مرحلة عمرية متقاربة إضافة إلى كون السياسة التعليمية المتبعة متقاربة وتتبع طرق تدريسية واحدة ، إضافة لكون العاملين في الحقل التعليم ي يمتلكون نفس

الدرجة العلمية ، وكون الأفراد في هذه الفئة العمرية أقل إدراكا للأحداث الضاغطة ، وأقل خبرة في تميز هذه الأحداث.

ثالثاً: المقارنة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية :

وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٣٠) يوضح النتيجة.

جدول (٣٠)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة ، الثانوية)

البعد	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأول	المتوسطة	٣٠٣	٦,٦١	٦,٢٨	٢,٣٨	٦٥٢	دالة
	الثانوية	٣٥١	٥,٥٠	٥,٦٠			
الثاني	المتوسطة	٣٠٣	٦,٤٧	٦,٠٦	١,٧٣	٦٥٢	غير دالة
	الثانوية	٣٥١	٥,٦٦	٥,٨٤			
الثالث	المتوسطة	٣٠٣	١٠,٣٩	٥,٨١	١,٩٧	٦٥٢	دالة
	الثانوية	٣٥١	١١,٣٠	٦,١٠			
الرابع	المتوسطة	٣٠٣	٧,٦٩	٥,٧٩	٠,٨٣	٦٥٢	دالة
	الثانوية	٣٥١	٦,٠٦	٥,٠٥			
الخامس	المتوسطة	٣٠٣	٨,٩٣	٥,٧٠	٠,٤٧	٦٥٢	غير دالة
	الثانوية	٣٥١	٨,٧٣	٥,٣٨			
السادس	المتوسطة	٣٠٣	٩,١٦	٥,٦٣	٠,٥٩	٦٥٢	غير دالة
	الثانوية	٣٥١	٩,٤٢	٥,٦٧			
السابع	المتوسطة	٣٠٣	٨,٧٢	٥,٩٩	١,٠٤	٦٥٢	غير دالة
	الثانوية	٣٥١	٨,٢٧	٥,٢٣			
الدرجة الكلية	المتوسطة	٣٠٣	٥٧,٩٦	٣٥,٧٠	١,١٤	٦٥٢	غير دالة
	الثانوية	٣٥١	٥٤,٩٥	٣٢,١١			

نستنتج من الجدول (٣٠) أن المتوسطات الحسابية ل لبعد الأول (الضغوط الأسرية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٦,٦١) والمرحلة الثانوية (٥,٥٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٢,٣٨) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ،

وكانت الفروق في اتجاه طلاب المرحلة المتوسطة، حيث أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم هو الأعلى.

كما أن المتوسطات الحسابية للبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٦,٤٧) والمرحلة الثانوية (٥,٥٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٧٣) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، أما المتوسطات الحسابية للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) لطلاب المرحلة المتوسطة (١٠,٣٩) والمرحلة الثانوية (١١,٣٠)، وعند ا لمقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٩٧) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وكانت الفروق في اتجاه طلاب المرحلة الثانوية، حيث أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم هو الأعلى ، كما أن المتوسطات الحسابية للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٧,٦٩) والمرحلة الثانوية (٦,٠٦)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٣,٨٣) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وكانت الفروق في اتجاه طلاب المرحلة المتوسطة، حيث أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم هو الأعلى، كما أن المتوسطات الحسابية للبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٨,٩٣) والمرحلة الثانوية (٨,٧٣)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٤٧) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، و أشارت المتوسطات الحسابية ل لبعد السادس (الضغوط الصحية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٩,١٦) والمرحلة الثانوية (٩,٤٢)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٥٩) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، كما اتضح أن المتوسطات الحسابية ل لبعد السابع (الضغوط الشخصية) لطلاب المرحلة المتوسطة (٨,٧٢) والمرحلة الثانوية (٨,٢٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٠٤) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، كما أن المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لطلاب المرحلة المتوسطة (٥٧,٩٦) والمرحلة الثانوية (٥٤,٩٥)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,١٤) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء التقارب بين المرحلتين الدراسية (المتوسطة ، الثانوية) والتي تتميز ببيئة تعليمية واحدة ،كما أنها تشتمل على نظم متشابهة ،ومناهج وطرق تدريسية

موحدة ومتقاربة ، إضافة إلى أن عينة الدراسة تنتمي إلى مرحلة عمرية متقاربة يتميز أفرادها بخصائص وسمات شخصية تكاد تكون متقاربة.

رابعاً: المقارنة تبعاً لمتغير التخصص :

للتحقق من صحة هذا الفرض ، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٣١) يوضح النتيجة.

جدول (٣١)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير التخصص (طبيعي ، شرعي)

الأبعاد	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأول	طبيعي	٢٤١	٥,١٧	٥,٣٣	١,٦٨	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٦,٢٥	٦,١١			
الثاني	طبيعي	٢٤١	٥,٣٥	٥,٧٣	١,٤٧	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٦,٣٤	٦,٠٦			
الثالث	طبيعي	٢٤١	١١,٥٦	٦,٢٨	١,١٦	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	١٠,٧٥	٥,٦٦			
الرابع	طبيعي	٢٤١	٥,٩٥	٥,٠٣	٠,٦٢	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٦,٣١	٥,١٠			
الخامس	طبيعي	٢٤١	٨,٥٩	٥,٣٦	٠,٧٣	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٩,٠٤	٥,٤٢			
السادس	طبيعي	٢٤١	٩,٤٠	٥,٣٥	٠,١١	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٩,٤٧	٦,٣٣			
السابع	طبيعي	٢٤١	٨,١٢	٥,١٤	٠,٧٨	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٨,٥٩	٥,٤٣			
الدرجة الكلية	طبيعي	٢٤١	٥٤,١٤	٣١,٥٥	٠,٧٠	٣٤٩	غير دالة
	شرعي	١١٠	٥٦,٧٤	٣٣,٣٩			

يشير الجدول (٣١) إلى أن المتوسطات الحسابية للبعد الأول (الضغوط الأسرية) لطلاب التخصص الطبيعي (٥,١٧) والتخصص الشرعي (٦,٢٥)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٦٨) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

كما أن المتوسطات الحسابية للبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) لطلاب التخصص الطبيعي (٥,٣٥) والتخصص الشرعي (٦,٣٤)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٤٧) وتشير إلى عدم وجود فرو ق ذات دلالة إحصائية ، كما تبين أن المتوسطات الحسابية للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) لطلاب التخصص الطبيعي (١١,٥٦) والتخصص الشرعي (١٠,٧٥)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,١٦) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وعند حساب المتوسطات الحسابية للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) لطلاب التخصص الطبيعي (٥,٩٥) والتخصص الشرعي (٦,٣١)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٦٢) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وبحساب المتوسطات الحسابية للبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) لطلاب التخصص الطبيعي (٨,٥٩) والتخصص الشرعي (٩,٠٤)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٧٣) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، كما أن المتوسطات الحسابية للبعد السادس (الضغوط الصحية) لطلاب التخصص الطبيعي (٩,٤٠) والتخصص الشرعي (٩,٤٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,١١) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وأيضا عند حساب المتوسطات الحسابية ل لبعد السابع (الضغوط الشخصية) لطلاب التخصص الطبيعي (٨,١٢) والتخصص الشرعي (٨,٥٩)، تبين عند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٧٨) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، كما أن المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لطلاب التخصص الطبيعي (٣١,٥٥) والتخصص الشرعي (٣٣,٣٩)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٧٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة جودة (٢٠٠٤م) التي تشير إلى وجود فروق دالة في بعض أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى عدم وجود فروق معرفية بين أفراد ، في ظل المجتمع المدرسي الواحد ، والأنظمة التعليمية والتربوية الموحدة، إضافة إلى قصر فترة التخصص .

خامساً: المقارنة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي :

للتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه والجدول (٣٢) يوضح النتيجة.

جدول (٣٢)

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الأول	بين المجموعات	٦٣٠,١٣	٢	٣١٥,٠٦	٩,١٥	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٤٢٧,٧٢	٦٥١	٣٤,٤٥		
	الكلي	٢٣٠٥٧,٨٥	٦٥٣			
الثاني	بين المجموعات	٤٥٥,٧٨	٢	٢٢٧,٨٩	٦,٥٤	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٦٩٦,٤١	٦٥١	٣٤,٨٦		
	الكلي	٢٣١٥٢,١٩	٦٥٣			
الثالث	بين المجموعات	٧٢٣,٠٠	٢	٣٦١,٥٠	١٠,٤٢	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٥٩٢,٤٦	٦٥١	٣٤,٧٠		
	الكلي	٢٣٣١٥,٤٦	٦٥٣			
الرابع	بين المجموعات	١٤٢,٧٩	٢	٧١,٣٩	٢,٤١	غير دالة
	داخل المجموعات	١٩٣١٩,٨٣	٦٥١	٢٩,٦٨		
	الكلي	١٩٤٦٢,٦١	٦٥٣			
الخامس	بين المجموعات	٢٦٦,١١	٢	١٣٣,٠٥	٤,٤٠	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	١٩٦٧١,٩٦	٦٥١	٣٠,٢٢		
	الكلي	١٩٩٣٨,٠٧	٦٥٣			

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
السادس	بين المجموعات	٣٤٩,٧٧	٢	١٧٤,٨٩	٥,٥٦	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٠٤٨٥,٣٩	٦٥١	٣١,٤٧		
	الكلي	٢٠٨٣٥,١٦	٦٥٣			
السابع	بين المجموعات	٥٦٣,٥١	٢	٢٨١,٧٦	٩,٢٢	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	١٩٨٩١,٦٩	٦٥١	٣٠,٥٦		
	الكلي	٢٠٤٥٥,٢٠	٦٥٣			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	١٩٦٤٧,١٢	٢	٩٨٢١,٥٦	٨,٧٩	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٧٢٧٦٨٦,٥٧	٦٥١	١١١٧,٨٠		
	الكلي	٧٤٧٣٣٣,٦٩	٦٥٣			

نلاحظ من الجدول (٣٢) أن قيمة (ف) للبعد الأول (الضغوط الأسرية) تساوي (٩,١٥) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول(٣٣)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الأسرية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٥,١١	–		*	لصالح مقبول – جيد
جيد جداً	٦,١٦		–		–
مقبول – جيد	٧,٨٧			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يتضح من الجدول (٣٣) وجود فروق في درجات الضغوط الأسرية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) لصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد).

كما أن قيمة (ف) للبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) تساوي (٦,٥٤) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٤)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الاقتصادية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٥,١٨	–		*	لصالح مقبول – جيد
جيد جداً	٦,٣٣		–		–
مقبول – جيد	٧,٤٤			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

يتضح من الجدول (٣٤) وجود فروق في درجات الضغوط الاقتصادية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد).

كما يتضح من الجدول (٣٢) أن قيمة (ف) للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) تساوي (١٠,٤٢) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٥)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الدراسية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٩,٧٣	–	*	*	لصالح مقبول – جيد لصالح جيد جداً
جيد جداً	١١,٤١		–		–
مقبول – جيد	١٢,٤٤			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

يتبين لنا من خلال الجدول (٣٥) وجود فروق في درجات الضغوط الدراسية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد)، كما توجد فروق في درجات الضغوط الدراسية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) والتحصيل (جيد جداً) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (جيد جداً).

كما يتضح أن قيمة (ف) للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) تساوي (٢,٤١) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

و قيمة (ف) للبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) تساوي (٤,٤٠) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شي فيه ،وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٦)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الانفعالية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	**٨,١٩**	–		*	**لصالح مقبول – جيد**
جيد جداً	**٩,٠٠**		–		–
مقبول – جيد	**٩,٩٥**			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

من خلال الجدول (٣٦) يتضح أنه توجد فروق في درجات الضغوط الانفعالية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول - جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد)،).

كما أن قيمة (ف) للبعد السادس (الضغوط الصحية) تساوي (٥,٥٦) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٧)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الصحية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٨,٥٩	–		*	لصالح مقبول – جيد
جيد جداً	٩,٤٨		–		–
مقبول – جيد	١٠,٦٣			–	–

تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى

ويشير الجدول (٣٧) إلى أنه توجد فروق في درجات الضغوط الصحية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد).

وقيمة (ف) للبعد السابع (الضغوط الشخصية)تساوي (٩,٢٢) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٨)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الشخصية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٧,٦٢	–		*	لصالح مقبول – جيد
جيد جداً	٨,٦٢		–	*	لصالح مقبول وجيد
مقبول – جيد	١٠,٢٣			–	–

تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى

من خلال الجدول (٣٨) يتضح وجود فروق في درجات الضغوط الشخصية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد)، كما توجد فروق في درجات الضغوط الشخصية بين الطلاب ذوي التحصيل

(جيد جداً) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد).

و قيمة (ف) للدرجة الكلية تساوي (٨,٧٩) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٣٩)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق للدرجة الكلية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	المتوسطات الحسابية	ممتاز	جيد جداً	مقبول – جيد	اتجاهات الفروق
ممتاز	٥٠,٧٠	–	*	*	لصالح مقبول – جيد لصالح جيد جداً
جيد جداً	٥٨,٣٠		–		–
مقبول – جيد	٦٥,٥٨			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يتضح من الجدول (٣٩) أنه توجد فروق في الدرجة الكلية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (مقبول – جيد) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد)، كما توجد فروق في درجات الدرجة الكلية بين الطلاب ذوي التحصيل (ممتاز) وذوي التحصيل (جيد جداً) ولصالح الطلاب ذوي التحصيل (جيد جداً).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة مؤمن (٢٠٠٤م) ، والتي أشارت إلى أن كثرة تعرض الطالب لأحداث الحياة الضاغطة يؤدي إلى ضعف تحصيله الدراسي .

ويفسر الباحث هذه النتيجة لكون الأحداث الضاغطة تتفاوت طبيعتها ودرجتها وحدتها وفقا لمسببات الحدث الضاغط، وهذا يشكل خطراً على أمن واستقرار الفرد النفسي ، ويشكل تأثيراً على أهم احتياجاته ألا وهي التفوق والنجاح، فهي تؤثر سلباً على التفكير وطريقة التركيز والاستيعاب وهذا بطبيعته يؤثر على مستوى التحصيل الدراسي.

سادساً: المقارنة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة :

وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه والجدول (٤٠) يوضح النتيجة.

جدول (٤٠)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة (مرتفع، متوسط، منخفض)

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الأول	بين المجموعات	٦٠٠,١٠	٢	٣٠٠,٠٥	٨,٧٠	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٤٥٧,٧٥	٦٥١	٣٤,٥٠		
	الكلي	٢٣٠٥٧,٨٥	٦٥٣			
الثاني	بين المجموعات	١٨٠٣,٢١	٢	٩٠١,٦٠	٢٧,٤٩	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢١٣٤٨,٩٨	٦٥١	٣٢,٧٩		
	الكلي	٢٣١٥٢,١٩	٦٥٣			
الثالث	بين المجموعات	٨٩٠,٩٦	٢	٤٤٥,٤٨	١٢,٩٣	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٤٢٤,٥٠	٦٥١	٣٤,٤٥		
	الكلي	٢٣٣١٥,٤٦	٦٥٣			
الرابع	بين المجموعات	٤٣٦,٢٨	٢	٢١٨,١٤	٧,٤٦	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	١٩٠٢٦,٣٤	٦٥١	٢٩,٢٣		
	الكلي	١٩٤٦٢,٦١	٦٥٣			
الخامس	بين المجموعات	٧٧٨,٧٩	٢	٣٨٩,٤٠	١٣,٢٣	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	١٩١٥٩,٢٨	٦٥١	٢٩,٤٣		
	الكلي	١٩٩٣٨,٠٧	٦٥٣			
السادس	بين المجموعات	٨٩٥,٣٢	٢	٤٤٧,٦٦	١٤,٦٢	دالة احصائياً

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة (مرتفع، متوسط، منخفض)

البعد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	داخل المجموعات	٩٩٣٩,٨٤	٦٥١	٣٠,٣٦		
	الكلي	٢٠٨٣٥,١٦	٦٥٣			
السابع	بين المجموعات	٦٧٩,٣٠	٢	٣٣٩,٦٥	١١,١٨	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	١٩٧٧٥,٩٠	٦٥١	٣٠,٣٨		
	الكلي	٢٠٤٥٥,٢٠	٦٥٣			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٣٩٤٩٨,٢٤	٢	١٩٧٤٩,١٢	١٨,١٦	دالة احصائياً
	داخل المجموعات	٧٠٧٨٣٥,٤٥	٦٥١	١٠٨٧,٣١		
	الكلي	٧٤٧٣٣٣,٦٩	٦٥٣			

يتضح لنا من خلال الجدول (٤٠) أن قيمة (ف) للبعد الأول (الضغوط الأسرية) تساوي (٨,٧٠) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤١)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الأسرية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٥,٠٢	–		*	لصالح منخفض
متوسط	٦,١٧		–		–
منخفض	٩,٢٦			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

كما يتضح من خلال الجدول (٤١) وجود فروق في درجات الضغوط الأسرية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

وقيمة (ف) للبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) تساوي (٢٧,٤٩) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٢)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الاقتصادية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٤,٣٥	–	*	*	لصالح منخفض لصالح متوسط
متوسط	٦,٢٨		–	*	لصالح منخفض
منخفض	١١,٧٤			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يشير الجدول (٤٢) إلى وجود فروق في درجات الضغوط الاقتصادية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، كما توجد فروق في درجات الضغوط الاقتصادية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (متوسط) ولصالح مستوى الدخل (متوسط). وتوجد فروق في درجات الضغوط الاقتصادية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

و أن قيمة (ف) للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) تساوي (١٢,٩٣) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٣)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الدراسية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٩,٤١	–	*	*	لصالح منخفض لصالح متوسط
متوسط	١١,٢٤		–	*	لصالح منخفض
منخفض	١٤,٢١			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يتضح من خلال الجدول (٤٣) وجود فروق في درجات الضغوط الدراسية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، و توجد فروق في درجات الضغوط الدراسية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (متوسط) ولصالح مستوى الدخل (متوسط)، توجد فروق في درجات الضغوط الدراسية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

وقيمة (ف) للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) تساوي (٧,٤٦) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولتحديد اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٤)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الاجتماعية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٦,٤٦	–		*	لصالح منخفض
متوسط	٦,٦٨		–	*	لصالح منخفض
منخفض	١٠,٠٨			–	–

**تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى*

يشير الجدول (٤٤) إلى أنه توجد فروق في درجات الضغوط الاجتماعية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، توجد فروق في درجات الضغوط الاجتماعية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

و قيمة (ف) للبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) تساوي (١٣,٢٣) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٥)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الانفعالية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٧,٨٠	–		*	لصالح منخفض

متوسط	**٨,٩٣**		–	*	**لصالح منخفض**
منخفض	**١٢,٧١**			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

يتضح من خلال الجدول (٤٥) وجود فروق في درجات الضغوط الانفعالية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض). كما توجد فروق في درجات الضغوط الانفعالية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

كما أن قيمة (ف) للبعد السادس (الضغوط الصحية) تساوي (١٤,٦٢) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٦)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الصحية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٨,٠٦	–	*	*	**لصالح منخفض** **لصالح متوسط**
متوسط	٩,٥١		–	*	**لصالح منخفض**
منخفض	١٣,٢١			–	–

****تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى***

توجد فروق في درجات الضغوط الصحية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، و توجد فروق في درجات الضغوط الصحية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (متوسط) ولصالح مستوى الدخل (متوسط)، توجد فروق في درجات الضغوط الصحية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

و قيمة (ف) للبعد السابع (الضغوط الشخصية) تساوي (١١,١٨) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه ، وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (٤٧)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق لبعد الضغوط الشخصية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٧,٣٦	–	*	*	لصالح منخفض لصالح متوسط
متوسط	٨,٦٨		–	*	لصالح منخفض
منخفض	١١,٨٢			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يتضح من خلال الجدول (٤٧) أنه توجد فروق في درجات الضغوط الشخصية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، و توجد فروق في درجات الضغوط الشخصية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (متوسط) ولصالح مستوى الدخل (متوسط).

كما توجد فروق في درجات الضغوط الشخصية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

و أن قيمة (ف) لدرجة الكلية تساوي (١٨,١٦) وتشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، ولمعرفة اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٤٨)

نتائج اختبار شيفيه لتحديد اتجاهات الفروق للدرجة الكلية تبعاً لمتغير دخل الأسرة

دخل الأسرة	المتوسطات الحسابية	مرتفع	متوسط	منخفض	اتجاهات الفروق
مرتفع	٤٨,٤٦	–	*	*	لصالح منخفض لصالح متوسط
متوسط	٥٧,٥١		–	*	لصالح منخفض
منخفض	٨٣,٠٣			–	–

***تعني وجود فروق دالة إحصائيا (٠,٠٥) لصالح المتوسط الحسابي الأعلى**

يتبين لنا من خلال الجدول (٤٨) وجود فروق في الدرجة الكلية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض)، توجد فروق في درجات الدرجة الكلية بين مستوى الدخل (مرتفع) ومستوى الدخل (متوسط) ولصالح

مستوى الدخل (متوسط)، و توجد فروق في درجات الدرجة الكلية بين مستوى الدخل (متوسط) ومستوى الدخل (منخفض) ولصالح مستوى الدخل (المنخفض).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دخان والحجار (٢٠٠٥م) التي تشير إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير مستوى الدخل لصالح الأقل دخلاً.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات سابقة كدراسة (الجمال ،٢٠٠٤م ؛ياغي،٢٠٠٦م ؛ محمود،٢٠١٠م ؛ عبد الكريم ،٢٠١٠م). ، والتي أشارت إلى أهمية الأسرة، وعدد أفراد الأسرة ، والوضع الاقتصادي للفرد في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء الأحوال المعيشيى المتأزمة والأزمات الاقتصادية التي تعصف بالمجتمعات ، ومالها من أهمية في ا لاستقرار الأسري وتوفير سبل الحياة الكريمة ،التي ينعكس أثرها على الاستقرار والتوافق النفسي والاجتماعي للأفراد.

سابعاً: المقارنة تبعاً لمتغير المدينة :

وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) t-test والجدول (٤٩) يوضح النتيجة.

جدول (٤٩)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير المدينة(مكة المكرمة، الليث)

البعد	المدينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأول	مكة المكرمة	٣٨٨	٦,٣٠	٥,٩٩	١,٤٦	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٥,٦١	٥,٨٦			
الثاني	مكة المكرمة	٣٨٨	٦,٣٨	٦,١٢	١,٨٠	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٥,٥٣	٥,٦٩			
الثالث	مكة المكرمة	٣٨٨	١١,١١	٥,٩٥	١,٢٠	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	١٠,٥٤	٦,٠١			
الرابع	مكة المكرمة	٣٨٨	٦,٨٣	٥,٢٠	٠,٠٨	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٦,٧٩	٥,٨٢			
الخامس	مكة المكرمة	٣٨٨	٨,٩٢	٥,٤٣	٠,٥٧	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٨,٦٧	٥,٦٨			
السادس	مكة المكرمة	٣٨٨	٩,٤٨	٥,٤٣	٠,٩٤	٦٥٢	غير دالة

البعد	المدينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
	الليث	٢٦٦	٩,٠٥	٥,٩٥			
السابع	مكة المكرمة	٣٨٨	٨,٤٨	٥,٥٠	٠,٠٣	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٨,٤٧	٥,٧٥			
الدرجة الكلية	مكة المكرمة	٣٨٨	٥٧,٥٠	٣٢,٩٥	١,٠٥	٦٥٢	غير دالة
	الليث	٢٦٦	٥٤,٦٧	٣٥,٠٧			

من خلال الجدول (٤٩) يتضح أن المتوسطات الحسابية للبعد الأول (الضغوط الأسرية) لطلاب مكة المكرمة (٦,٣٠) والليث (٥,٦١)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٤٦) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

كما أن المتوسطات الحسابية للبعد الثاني الضغوط الاقتصادية لطلاب مكة المكرمة (٦,٣٨) والليث (٥,٥٣)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٨٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

أما المتوسطات الحسابية للبعد الثالث (الضغوط الدراسية) لطلاب مكة المكرمة (١١,١١) والليث (١٠,٥٤)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٢٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

و يتضح أيضا أن المتوسطات الحسابية للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) لطلاب مكة المكرمة (٦,٨٣) والليث (٦,٧٩)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٠٨) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

كما أن المتوسطات الحسابية ل لبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) لطلاب مكة المكرمة (٨,٩٢) والليث (٨,٦٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٥٧) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

أما المتوسطات الحسابية للبعد السادس (الضغوط الصحية) لطلاب مكة المكرمة (٩,٤٨) والليث (٩,٠٥)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٩٤) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

كما أن المتوسطات الحسابية للبعد السابع (الضغوط الشخصية) لطلاب مكة المكرمة (٨,٤٨) والليث (٨,٤٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٠٣) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

أما المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لطلاب مكة المكرمة (٥٧,٥٠) والليث (٥٤,٦٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,٠٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى تقارب أنماط المعيشة في كلٍ من المجتمعين مثل : وسائل الاتصال ، والمواصلات المتوفرة - في كلا المجتمعين - وطرق اكتساب العيش ، والتسارع التنموي الكبير الذي يشهده المجتمعان كلاهما بوتيرة متقاربة ومتشابهة إلى حد كبير وفي مختلف مجالات الحياة .

ثامناً: المقارنة تبعاً لمتغير الجنسية :

للتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام اختبار (ت)t-test والجدول (٥٠) يوضح النتيجة.

جدول (٥٠)

الفروق بين عينة الدراسة في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير الجنسية (سعودي، غير سعودي)

البعد	الجنسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأول	سعودي	٥٥٧	٦,١٣	٦,١١	١,١٦	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٥,٣٧	٤,٨٥			
الثاني	سعودي	٥٥٧	٥,٩٤	٥,٩٢	٠,٩٤	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٦,٥٦	٦,١٤			
الثالث	سعودي	٥٥٧	١٠,٨٦	٥,٩٢	٠,٢٠	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	١٠,٩٩	٦,٣٤			
الرابع	سعودي	٥٥٧	٦,٨٨	٥,٥٤	٠,٧٥	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٦,٤٣	٤,٩٩			
الخامس	سعودي	٥٥٧	٨,٨٠	٥,٥٧	٠,١٩	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٨,٩٢	٥,٣٠			
السادس	سعودي	٥٥٧	٩,٢٥	٥,٦٥	٠,٦٠	٦٥٢	غير دالة

البعد	الجنسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
	غير سعودي	٩٧	٩,٦٢	٥,٦٧			
السابع	سعودي	٥٥٧	٨,٥١	٥,٦١	٠,٣٤	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٨,٣٠	٥,٥٤			
الدرجة الكلية	سعودي	٥٥٧	٥٦,٣٨	٣٤,٢٠	٠,٠٥	٦٥٢	غير دالة
	غير سعودي	٩٧	٥٦,١٩	٣١,٧٧			

من خلال الجدول (٥٠) تشير المتوسطات الحسابية للبعد الأول (الضغوط الأسرية) لطلاب السعوديين (٦,١٣) وغير السعوديين (٥,٣٧)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (١,١٦) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

كما تشير المتوسطات الحسابية ل لبعد الثاني (الضغوط الاقتصادية) لطلاب السعوديين (٥,٩٤) وغير السعوديين (٦,٥٦)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٩٤) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

وتكشف المتوسطات الحسابية ل لبعد الثالث (الضغوط الدراسية) لطلاب السعوديين (١٠,٨٦) وغير السعوديين (١٠,٩٩)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٢٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

أما المتوسطات الحسابية للبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) لطلاب السعوديين (٦,٨٨) وغير السعوديين (٦,٤٣)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٧٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

كما أن المتوسطات الحسابية ل لبعد الخامس (الضغوط الانفعالية) لطلاب السعوديين (٨,٨٠) وغير السعوديين (٨,٩٢)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,١٩) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

و تكشف المتوسطات الحسابية ل لبعد السادس (الضغوط الصحية) لطلاب السعوديين (٩,٢٥) وغير السعوديين (٩,٦٢)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٦٠) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

كما تشير المتوسطات الحسابية للبعد السابع (الضغوط الشخصية) لطلاب السعوديين (٨,٥١) وغير السعوديين (٨,٣٠)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٣٤) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية .

كما يتضح أن المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لطلاب السعوديين (٥٦,٣٨) وغير السعوديين (٥٦,١٩)، وعند المقارنة بين هذه المتوسطات الحسابية كانت قيمة (ت) تساوي (٠,٠٥) وتشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة عبد الرزاق(٢٠٠٦م) التي أشارت إلى وجود فروق تعزى لمتغير الجنسية لصالح عينة السعوديين.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى تركيبة المجتمع السعودي الآمن ، وتعايش أفراده مع غيره من المقيمين على أرضه بما تمليه تعاليم ديننا الحنيف ،كما أن أفراد العينة من غير السعوديين مقيمين في البلد ، ويحصلون على نفس الامتيازات التي يحصل عليها السعوديين من توفر التقنية المعلوماتية ووسائل الاتصال الاجتماعية الحديثة ، والتعليم والعلاج المجاني ، مما يقلص أثر الاغتراب لديهم ويجعلهم يعيشون في ظل الأمن والاستقرار كأنهم من المنتمين لهذا البلد ، أيضاً ما يتميز به الأخوة المقيمين من مستوى تعليمي وثقافي جيد مكنهم من التعايش مع نمط المعيشة هنا وتقيدهم بأنظمة وتعاليم البلد الأمر الذي جعلهم يعيشون باستقرار نفسي وأمني ، إضافة إلى خصوصية هذا البلد الذي يحتضن أطهر و أقدس بقعة قبلة المسلمين وهي مكة المكرمة.

الفصـــل الخامس

- ملخص النتائج .
- التوصيات .
- البحوث و الدراسات المقترحة .

ملخص نتائج الدراسة :

من خلال العرض السابق للجداول الإحصائية الخاصة بتحليل نتائج الدراسة يمكن تقديم ملخص لنتائج الدراسة في النقاط التالية :

- المظاهر الأكثر شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من العاديين:

١-الاستمتاع بالتحدي .

٢-الشعور بالترابط القوي مع مجموعة من الناس .

٣-اليقين بأنه عند بداية المسير سيتم الوصول إلى النهاية .

٤-الاستمتاع بمنافسة الآخرين .

٥-شخصية متفائلة بشكل عام .

- المظاهر الأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من العاديين :

١-صعوبة الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة .

٢-صعوبة إنجاز العمل عند مواجهة مشكلة مع شخص قريب جداً .

٣-عدم الاطمئنان إلى المواقف الجديدة التي لا يُعرف ما سيحدث فيها .

٤-صعوبة نسيان الأمور التي لا تسير بشكل سليم كما يرغب والتركيز على أمور أخرى .

٥-غالباً ما تعيق أحداث الحياة عن أداء العمل .

-المظاهر الأكثر شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من الأيتام :

١-الشعور بالترابط القوي مع مجموعة من الناس .

٢-الاستمتاع بالتحدي .

٣-الشعور عادةً أنه مهما كان اليوم سيئاً فإن غداً سيكون أفضل .

٤-اليقين بأنه عند بداية المسير سيتم الوصول إلى النهاية .

٥-الاستمتاع بمنافسة الآخرين .

-المظاهر الأقل شيوعاً للصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من الأيتام :

١-صعوبة الاستمرار في أداء الأعمال في حال عمت الفوضى مختلف جوانب الحياة .

٢-صعوبة إنجاز العمل عند مواجهة مشكلة مع شخص قريب جداً .

٣-عدم الاطمئنان إلى المواقف الجديدة التي لا يُعرف ما سيحدث فيها .

٤-صعوبة نسيان الأمور التي لا تسير بشكل سليم كما يرغب والتركيز على أمور أخرى .

٥-صعوبة مواجهة مشكلة أو أكثر في وقت واحد .

- **المظاهر الأكثر شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من العاديين:**

١ - الضغوط الدراسية .

٢ - الضغوط الصحية .

- **المظاهر الأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من العاديين:**

١ - الضغوط الاقتصادية .

٢ - الضغوط الأسرية .

-المظاهر الأكثر شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام:

١- الضغوط الدراسية .

٢- الضغوط الصحية .

-المظاهر الأقل شيوعاً لأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة من الأيتام:

١- الضغوط الأسرية .

٢- الضغوط الاقتصادية .

٣- توجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب العاديين والأيتام على مقياس الصلابة النفسية ، ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة سواء على مستوى الأبعاد الفرعية السبعة ، أو على مستوى الدرجة الكلية للمقياس ، وهذه النتائج تعني أن زيادة درجات الصلابة النفسية تؤدي إلى انخفاض مظاهر الضغوط الحياتية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر ، والتخصص ، والمدينة والجنسية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية في اتجاه طلاب المرحلة الثانوية ، و التحصيل الدراسي لصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز) ، ومستوى دخل الأسرة لصالح مستوى دخل الأسرة (مرتفع).

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير حالة الطالب سوى في البعد الأول (الضغوط الأسرية) ، والبعد السابع (الضغوط الشخصية) في اتجاه الأيتام.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير العمر سوي في البعد الأول (الضغوط الأسرية) ، والبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) لصالح طلاب الفئة العمرية (١٣ – ١٤) سنة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية سوى في البعد الثالث (الضغوط الدراسية) في اتجاه طلاب المرحلة الثانوية ، والبعد الرابع (الضغوط الاجتماعية) في اتجاه طلاب المرحلة المتوسطة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير التخصص ، والمدينة والجنسية .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح الطلاب ذوي التحصيل (مقبول – جيد)، ومستوى دخل الأسرة لصالح مستوى الدخل (منخفض).

التوصيات :

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

- العمل من خلال بعض البرامج الإرشادية الوقائية على زيادة مستويات الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية.
- تقديم دورات تدريبية في مهارات مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة للطلاب الأيتام والعاديين .
- العمل من خلال بعض البرامج الإرشادية على زيادة درجة تحمل أحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية، خاصة للطلاب الأيتام، والطلاب ذو ي التحصيل المنخفض، وذوي دخل الأسرة (منخفض).

- أهمية توفير أجواء أسرية تساهم في النمو المتكامل لشخصية الأبناء ،وتشجيعهم على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ،والقدرة على التحدي ،وتنمية الصلابة النفسية من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية التي تشعرهم بقيمتهم وأهميتهم مما ينعكس على توافقهم النفسي والشخصي والاجتماعي.
- توعية الآباء على أن يكونوا نماذج سلوكية تتسم بالصلابة النفسية ،حيث أن الصلابة النفسية تنشأ من خلال النماذج الوالدية التي تتسم في معاملتها للأبناء بالدف ء والقبول وإعطائهم قدراً من الحرية والتعبير.
- قيام المرشدين الطلابيين بالمدارس بتنفيذ البرامج الإرشادية التي تهدف إلى زيادة وعي الطلاب بمفهوم الصلابة النفسية ، والعمل على تنميتها والارتقاء بها .

الدراسات المقترحة:

- إجراء دراسة مشابهة تطبق على مناطق أخرى من المملكة .
- إجراء دراسة مشابهة تطبق على المرحلة الجامعية.
- إجراء دراسة تتناول كيفية التغلب على أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها لدى طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية.
- إجراء دراسة مقارنة بين الطلاب والطالبات (الأيتام والعاديين) في مراحل التعليم العام والجامعي تهدف لقياس مستويات الصلابة النفسية لدى الطالبات الأيتام والعاديين.
- فاعلية برنامج إرشادي نمائي وقائي في رفع مستوى الصلابة النفسية لدى الطلاب الأيتام والعاديين.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً : المراجع العربية:

- إبراهيم، أحمد إبراهيم (١٩٩٢م). **الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الأعراض السيكوسوماتية**، مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ، العدد (١). ص: ١٨٧-٢٠٤.
- إبراهيم، رشا راغب (٢٠٠١م). **الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية** ، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- إبراهيم، عبد الستار (١٩٩٨م). **الاكتئاب "اضطراب العصر الحديث – فهمه وأساليب علاجه"**، الكويت: عالم المعرفة.
- إبراهيم، مدحت سمير (٢٠٠٢م). **ضغوط البيئة المدرسية كما يدركها تلاميذ المعاهد الابتدائية الأزهرية وعلاقتها بتوافقهم النفسي** ، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- إسماعيل، بشرى (٢٠٠٤م). **ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية** ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ابن منظور، محمد بن مكرم (١٩٩٩م). **لسان العرب** ، الجزء السابع، بيروت : دار صادر.
- أبو الخير، محمد محمد س عيد (١٩٩٩م). **ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالاتجاه نحو الحياة لدى المتقاعدين عن العمل** ، المؤتمر الدولي للمسنين ١٨-٢٠ مايو ١٩٩٩م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- أبوسمهدانة ،تغريد (٢٠٠٦م) . **الصلابة النفسية وعلاقتها بالعنف لدى المرأة الفلسطينية في ظل انتفاضة الأقصى بقطاع غزة** ، رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة الأزهر: غزة .

- أبو السريع ،رضا ، ورمضان ، محمد رمضان (١٩٩٣م) . **الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية** ببنها، عدد (يناير).
- أبو الليل، رباب عبد الفتاح (٢٠٠٢م). **أحداث ا لحياة الضاغطة وعلاقتها بالاضطرابات النفسية وبعض متغيرات الشخصية** ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- أبو مصطفى، نظمي عودة؛ والسميري، نجاح عواد (٢٠٠٧م). **علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني** ، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد (٦)، العدد (١)، ص٣٤٧ – ٤١٠.
- أبوندى ،عبد الرحمن (٢٠٠٧م).**الصلابة النفسية وعلاقتها بالعنف لدى المرأة الفلسطينية في ظل انتفاضة الأقصى بقطاع غزة** ، رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة الأقصى – عين شمس –البرنامج المشترك،كلية التربية،قسم علم النفس.
- أبو ندى، عبد الرحمن. (٢٠٠٧). **الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة** ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، قسم علم النفس .
- أحمد، نهلة أمين (٢٠٠٢م). **صورة الأسرة وضغوط الحياة والتعبير الانفعالي والسلوك الادماني لدى متعاطي البانجو وأخيه غير المتعا طي**، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- أحمد، هدى طاهر (٢٠٠٢م). **فاعلية برنامج إرشادي لتطوير القادرة على مواجهة الضغوط لدى المرأة اليمنية العاملة** ، رسالة دكتوراه،كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- بخش، أميرة طه (٢٠٠٧م). **أحداث الحياة الضاغطة وعلاق تها بالقلق والاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً والعاديين بالمملكة العربية السعودية** ، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (٨)، العدد (٣)، ص: ١٤ –

.٣٤

- بخيت، حسين محمد حسين (١٩٩٤م). **الانتماء للمدرسة وعلاقتها ببعض الضغوط النفسية لدى أطفال المرحلة الابتدائية** ، رسالة ماجستير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- بدر، فائقة محمد (٢٠٠٧م). **علاقة الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة** ، مجلة مستقبل التربية، المجلد (١٣)، العدد (٤٨)، ص١٢٣-١٥٨.
- البرعاوي، أنور (٢٠٠١م). **الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- البنا، أنور (٢٠٠٨م). **المواقف الحياتية الضاغطة وعلاقتها باضطرابات النوم واليقظة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة من الجنسين المتزوجين وغير المتزوجين (دراسة استطلاعية)**، مجلة الجامعة الإسلامية "سلسلة الدراسات الإنسانية " المجلد (١٦)، العدد(٢)،ص: ٥٨٥-٦٣٠.
- البهاص، سيد أحمد (٢٠٠٢م). **الانهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة**، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، المجلد (١)، العدد(٣١) ، ص: ٣٨٤-٤١٤.
- ثابت ،عبد العزيز ،وآخرون (٢٠٠٧م).**تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة** ، دراسة غير منشورة ، برنامج غزة للصحة النفسية،غزة.
- تفاحة،جمال؛ وحسيب،عبد المنعم (٢٠٠٢م). **الالتزام الشخصي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط "دراسة مقارنة بين البدو والحضر "**،مجلة الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس،العدد (١٥)، ص:٢٥٩-٣٠٧.
- جبر، جبر محمد (٢٠٠٥م). **مدى فعالية ثلاثة أساليب للتوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين** ، بحث مقدم إلى

مؤتمر الإرشاد الاجتماعي والنفسي، ودوره في العملية التعليمية . الجزء الثاني، في الفترة من ٢٦-٢٨ جمادى الآخرة، سوريا : المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية، ص: ١٥٣-٢٠٣.

- الجمال ، مروة مصطفى (٢٠٠٤م). **تباين إدراك الفرد للأحداث اليومية (السارة – الضاغطة)**، رسالة ماجستير "علم النفس" ، كلية الآداب ، جامعة طنطا.
- جودة، أمال عبد القادر (٢٠٠٤م). **أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى** ، المؤتمر التربوي الأول في الفترة ٢٣-٢٤/١١/٢٠٠٤م، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- جودة ، يسرى محمد أبو العينين (٢٠٠٢م).**تأثير نوعية الإعاقة – السواء والمستوى الاقتصادي والاجتماعي على وجهة الضبط والصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الذكور**،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة المنوفية،كلية الآداب.
- الجيد، إبراهيم لطفي إبراهيم (٢٠١٠م). **الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وصراع الدور لدى المدرس الجامعي**، بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي الخامس عشر في الفترة من ٣-٤ أكتوبر ٢٠١٠م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- حفني، تغريد حسنين (٢٠٠٧م). **المناخ الأسري وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين** ، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- حمادة، لولوة؛ وعبد اللطيف حسن (٢٠٠٢م). **الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لد ى طلاب الجامعة** ، مجلة الدراسات النفسية، المجلد (١٢)، العدد (٢)، ص: ٢٢٩-٢٧٢.
- حمزة، جيهان أحمد (٢٠٠٢م). **دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشتقة والتعايش معها لدى الراشدين في الجنسين في سياق العمل**، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة: كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- الحنفي، عبد المنعم (١٩٩٢م). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** ، القاهرة :

مكتبة مدبولي.

- الحلو، ابتسام عبد المجيد عبد الله (٢٠٠٤م). **الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال القابلين للتعلم في ضوء بعض المتغيرات**، رسالة ماجستير، معهد الدراسات للبحوث التربوي، جامعة القاهرة.
- خليفة، فاطمة السيد (٢٠٠٦م). **أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى الراشدين من الجنسين**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة طنطا.
- الخولي، هشام عبد الرحمن (٢٠١٠م). **الصحة النفسية ومشكلات الحياة**، ط٢، جامعة قناة السويس.
- الدبور، أحمد محمد محمود (٢٠٠٧م). **مستويات الصلابة النفسية ومدى فعالية برنامج لتنميتها لدى المعاقين بصرياً**، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنوفية.
- دخان، نبيل كامل؛ والحجار، بشير إبراهيم (٢٠٠٦م). **الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم**، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد (١٤)، العدد (٢)، ص: ٣٦٩-٣٩٨.
- دردير، نشوة كرم (١٤٣١هـ). **فاعلية برنامج إرشادي عقلاني في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة**، رسالة دكتوراه، القاهرة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- راضي، زينب نوفل (٢٠٠٨م). **الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات**، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة : الجامعة الإسلامية.
- راوية، محمود دسوقي (١٩٩٤م). **النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية للمطلقات**، مجلة علم النفس، العدد (٣٩)، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- رفاعي، عزة محمد (٢٠٠٣م). **الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك الحياة**

الضاغطة وأساليب مواجهتها ، رسالة دكتوراه غير منشورة . كلية الآداب، جامعة حلوان.

- زعتر، محمد عاطف؛ وأبو الخير، محمد محمد سعيد (١٩٩٩م). **ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالاتجاه نحو الحياة لدى المقاعدين عن العمل** ، بحث مقدم إلى المؤتمر الدولي للمسنين في الفتر ة من ١٨-٢٠ مايو ١٩٩٩م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١٨١-٢١٧.
- زينة، مجدي محمود (٢٠٠٠م). **علاقة الاضطرابات النفسية السيكوسوماتية لأحداث الحياة لدى المتضررين من حرب الخليج الثانية** ، رسالة دكتوراه، القاهرة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- سلامة، ممدوحة (١٩٩٦م). **مقدمة في علم النفس،** القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- سلطان، ابتسام محمود (٢٠٠٩م). **المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة،** عمان: دار صفا للنشر والتوزيع.
- سليمان، سعاد محمد علي (٢٠٠٨م). **العلاقة بين التعرض لأحداث الحيا ة الضاغطة والإصابة ببعض الأمراض الجسمية المزمنة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية،** مجلة العلوم التربوية، العدد(٤)، ص: ١٦١-١٨٩.
- السيد، عبد المنعم عبد الله حسيب (٢٠٠٧م). **أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها بإستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية ،** جامعة عين شمس،مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٢١)، ص: ١٥٧-٢٠١.
- الشربيني، هانم أبو الخير (٢٠٠٥م). **الاتجاه نحو الغش الدراسي وعلاقته بالصلابة النفسية والشعور بالذنب لدى عينة من طلاب الجامعة** ، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، الجزء الثاني، العدد (٥٩)، ص: ٣٤٨-٣٨٢.
- شقير، زينب محمود (٢٠٠٢م). **مقياس مواقف الحياة الضاغطة**، ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- الشكعة ، علي (٢٠٠٩م). **استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس** ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد(٢٣)، العدد (٢)، ص: ٣٥٢-٣٧٨.
- الشناوي، محمد محروس؛ وعبد الرحمن، محمد السيد (١٩٩٤م). **المساندة الاجتماعية والصحة النفسية – مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية** ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الصبوة ، محمد نجيب (١٩٩٧م). **علم النفس البيئي .التلوث الكيميائي والاضطرابات النفسية والعصبية لدى بعض عمال الصناعة** ، القاهرة: دار الفكر العربي.
- طاهر ، حسين (١٩٩٣م) . **أثر الضغوط النفسية على الأطفال والكبار ودور أولياء الأمور تجاه المواقف الضاغطة** ، مجلة كلية التربية ، الكويت، المجلد (٤)،العدد (١١)،ص:١١٠-١٣٣.
- الطريري ، عبد الرحمن (١٩٩٤م) . **الضغط النفسي : مفهومه ، تشخيصه ، وطرق علاجه ، ومقاومته** ، ط١. الرياض : مكتبة الصفحات الذهبية المحدودة .
- الطلاع ،عبد الرؤف (٢٠٠٠م). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى الأسرى الفلسطينين المحررين من السجون الإسرائيلية** ،رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة: جامعة عين شمس.
- طه ،فرج ؛وآخرون (١٩٩٧م). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** ، القاهرة:دار سعاد الصباح.
- الطهراوي،جميل حسن (٢٠٠٨م). **الضغوط النفسية وطرق التعامل معها في القرآن الكريم** ، بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الدراسي الأول في الفترة من ذي الحجة ١٤٢٩هـ – ديسمبر ٢٠٠٨م، غزة : كلية أصول الدين، الجامعة الإسلامية، ص٢٤٦-٢٧١.
- عباس، مدحت ألطاف (٢٠١٠م). **الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط**

النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية ، مؤتمر الجمعية المصرية للدراسات النفسية.

- عبد الخالق ، عماد علي (١٩٩٨م) . **المساندة الاجتماعية متغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية** ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد(٨) ، العدد(١) ، ص:١٣-٣٩.
- عبد الصمد، فضل إبراهيم (٢٠٠٢م). **الصلابة النفسية وعلاقتها بالوعي الديني ومعنى الحياة لدى عينة من طلاب الدبلوم العام بكلية التربية بالمنيا** ، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، المجلد (١٩)، العدد (١٢)، ص: ٢٢٩-٢٨٤.
- عبد الرزاق، عماد علي مصطفى (٢٠٠٦م). **أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر والسعودية**، بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي الثالث عشر من الفترة ٢٤-٢٥ ديسمبر ٢٠٠٦م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- عبد الكريم، محمد الصافي (٢٠١٠م). **أحدث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لطلاب الجامعة** ،بحث مقدم إلى المؤتمر السنوي الخامس عشر من الفترة ٣-٤ أكتوبر ٢٠١٠م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص : ٦٣٥-٣٧٠.
- عبد المعطي ، حسن مصطفى (١٩٨٩م). **الأثر النفسي لأحداث الحياة كما يدركها المرضى السيكوسوماتيين** ، مجلة علم النفس، العدد (٩)، القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص: ٢٩-٤٣.
- عبد المعطي، حسن مصطفى؛ وعبد الله، هشام إبراهيم (٢٠٠٣م). **مصادر الضغوط النفسية لدى المرأة المصرية العاملة وأساليب مواجهتها** ، بحث مقدم إلى المؤتمر العربي الثامن من الفترة ٢٢-٢٤ ديسمبر ٢٠٠٣م، الإسكندرية، الجمعية العربية للتنمية البشرية والإدارية والاجتماعية.
- عبد المعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٦م). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها** ،

القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- عثمان، تهاني؛ وعبد المقصود، أماني (٢٠٠٧م). **الضغوط الأسرية والنفسية – الأسباب والعلاج**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عثمان ، فاروق السيد . (٢٠٠٨م) . **القلق وإدارة الضغوط** . القاهرة : دار الفكر العربي .
- عسكر، علي (٢٠٠٠م). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها** ، الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق، القاهرة: دار الكتب الحديث.
- عطار ، إقبال أحمد (٢٠٠٧م). **الذكاء الاجتماعي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى طالبات الاقتصاد المنزلي بجامعة الملك عبد العزيز** ،مجلة كلية التربية جامعة طنطا،،المجلد (١)، العدد (٣٦) ،ص:٣٧-٤ .
- عطية، محمود (٢٠١٠م). **ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- علي، إيناس محمد سليمان (٢٠٠٦م) . **فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة** ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة القاهرة ،معهد الدراسات والبحوث التربوية .
- العنزي، عبد العزيز حجي (١٤٣٢هـ). **الصلابة النفسية لدى المعاقين جسدياً في ضوء نظرية مادي**، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- العنزي ،فريح عويد ،الكندري ،عبد الله عبد الرحمن (٢٠٠٤م).**التحصيل الدراسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية وطالباتها** ، مجلة العلوم الاجتماعية ،جامعة الكويت،مجلد ٣٢،العدد (٢)، ص: ٣٧٧-٣٩٩
- عودة، محمد محمد (١٤٣١هـ). **الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية** ، رسالة ماجستير، غزة: كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

- غانم، إيناس محمد محمد (٢٠٠٥م). **الممارسة الترويحية وتأثيرها على التوافق النفسي والاجتماعي للأطفال الأيتام بمؤسسات رعاية الأطفال**، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد (٤٥)، ص: ١٠٩-١٢٦.
- الغرير ، أحمد نايل ، أبو أسعد ، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠٩م) . **التعامل مع الضغوط النفسية** ، عمان : دار الشروق .
- الفرماوي، حمدي علي؛ وأبو سريع، رضا (١٩٩٤م). **الضغوط النفسية تغلب عليها وابدأ الحياة**، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد، إنجي محمد رياض (١٤٢٦هـ). **ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى المراهق الأصم** ، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- محمد، رجب (١٩٩٥م). **الفروق الجنسية والعمرية في أساليب التكيف مع المواقف الضاغطة**، مجلة علم النفس، (**٣٥**)، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص: ١١٠-١٢٣.
- محمد ،صابر السيد (١٤٢٢هـ). **دراسة لبعض الضغوط النفسية في ضوء الاتجاه الديني وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية** ، رسالة دكتوراه ،معهد الدراسات العليا للطفولة،جامعة عين شمس.
- محمد، هشام إبراهيم عبد الله (٢٠٠١م). **العلاقة بين أساليب مواجهة ضغوط الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المسنين**، المؤتمر السنوي الثامن لمركز الإرشاد النفسي ٤-٦ نوفمبر ٢٠٠١م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- محمود، إيمان عبد الوها ب (٢٠١٠م). **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية الناشئة عن عمالة الأطفال بالمجال الزراعي** ، دراسات عربية في علم النفس، المجلد (**٩**)، العدد (**٣**)،ص: ٥٧٣-٦٠٦.
- مخيمر، عماد محمد (١٩٩٦م). **إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامع ة**، دراسات نفسية، المجلد (**٦**)، العدد (**٢**)، ص:

٢٧٥-٢٩٩.

- مخيمر، عماد محمد (١٩٩٧م). **الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، متغيرات بسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي** ، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (**٧**)، العدد (**١٧**)، ص١٠٣-١٣٨.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠١١م). **مقياس الصلابة النفسية** ، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- مدبولي، حنان ثابت (١٩٩٥م). **الضغوط الاجتماعية المدرسية وعلاقتها بوجهة الضبط ودافعية الإنجاز لدى الأطفال**، معهد الدراسات العليا للطفولة، المجلد (**١**)، العدد (**٢**)، ص٣٤.
- ملحم، سامي محمد (١٤٢٣هـ). **مناهج البحث في التربية وعلم النفس** ، ط٢، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- منصور، طلعت؛ والببلاوي، فيولا (١٩٨٩م). **قائمة الضغوط النفسية** ، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- مؤمن، داليا محمد عزت (٢٠٠٤م). **العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة** ، المؤتمر السنوي الحادي عشر ٢٥-٢٧ ديسمبر ٢٠٠٤م، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- المفرجي، سالم محمد؛ والشهري، عبد الله علي (٢٠٠٨م). **الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى** ،مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية ،جامعة المنيا ، العدد(١٩) ، ص١٤٩-٢٠٦.
- الهداوي، عبد الله محمد (٢٠١٠م). **معنى الحياة والمساندة الاجتماعية وتوكيد الذات وبعض الاضطرابات النفسية(القلق والاكتئاب) لدى المصابين في حوادث المرور بمنطقة مكة المكرمة**،رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- الهاشمي، رشيد ناصر خليفة (٢٠٠٧م). **استراتيجيات التكيف لأحداث الحياة**

الضاغطة وعلاقتها بمركز السيطرة لدى مراهقي دور رعاية الأيتام ، رسالة دكتوراه، جامعة بغداد: العراق.

- ياغي ، شاهر . (٢٠٠٦). **الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية** ،رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية : غزة .

- يس، نوال عبداللطيف (٢٠٠١م). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أطفال المقابر** ، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

ثانياً : المراجع الأجنبية:

- Berry, L. M. (1998).**Psychology at work**, an introduction to industrial and organizational psychology – 2nd (ed). McGraw – Hill, New York. pp. 422-424.
- Brooks, M. R. (2003). **Health – Related Hardiness and Chronic Illness**: A synthesis of Current Research, Nursing Forum, 38 (3), July – September, PP. 11-20.
- Cooper, Cl. (1981): The Stress Check Coping with the Stress of Life and Work. Prentice – Hall, Inc, Englewood, U. S. A.
- Cozzi, L. (1991). **"The influence of hardiness stress and social support and academic achievement among urban students**. Dissertation Abstracts International. VO|L. 52, P. 2339.
- Funk,S.C., (1992) : "**Hardiness : A Review of Theory and Resaerch**, Health Psychology Vol.11,N.5,pp.335-345.
- Garson, M.(1998): **“The relationship between hardiness, coping skills and stress in gradnate students**” ,UMI Puplished doctoral Dissertation, Adler school of professional psychology.

- Harburg, E. Erfurt, L. Cohayrsteim, L. S., Sahre, C., Schull. W. L. Schork, M. A. (1973). **"Sociological Stress, Hostiliy, Skin**, Colour Beackwite male blood pressure Detroit, psychosomatic medicine, (35): 276-296.
- Holahan, C, J. & Moos, R. H. (1990). **Life stressors, Resistance Factors, and Improved Psychological Functioning: An Extension of the Resistance Paradigm**. Journal of personality and social. Psychology, 58, (5), pp. 901-917.
- Iba,Debra,L.(2007).**Hardiness and public speaking anxiety**,University of North Texas.
- Kaur,Jagpreet,Singh,Kulwinder.(2009).**Home environment as a determinant of psychological hardiness among creative lndian adolecnts in and rural areas**,international Journal of Child Health and Human Development, vol.2,No.2,pp.155-167.
- Kobasa, S. C. (1979). **"Stressful the events personality and health: An inquiry in hardiness", Journal of Personality and Social Psychology**, vol. 37, No. 1, pp.1-11.
- Kobasa, S. C. (1982). **"Commitment and coping in stress resistance among lawyers",** Journal of Personality and Social Psychology, vol. 42, No. 4, pp. 707-717.
- Kobasa, S. & Pvccetim. (1983). **Personality and Social Resources in Stress Resistance,** Journal of personality and social psychology, vol. 45, No. 4, PP. 839-880.

- Maddi, S.R, Wadhwa, P, &, Haier, R.J(1996): **“Relationship of hardiness to alcohol drug use in adolescents”**, American Journal of Drug and Alcohol Abuse, Vol.122, No.2, p 247-p 257.
- Maddi, S. R. (2002). **The Story of Hardiness. Twenty Years of Theorizing research, and practice. Consulting psychology** Journal: practice and Research, 54, PP. 175-185.
- Mahoney,N.(1997).**cognitive therapy andresearch:Aquestion of questions**.Cognitive Therapy and Research,40(1)5-17.
- Mcsteen, E. (1997). **An investigation of the Relationship between dispositionaloptimism, family environment, psychological hardiness, locus of control**, Dissertation Abstract International,VOL. 58, 1603
- Meyers,Scott.R.(2008).**The relationship barental divorce and adult romantic attachment:Considering factors of parenting styleandpsychologicalhardiness**,DissertationAbstractsInternational: SectionB:TheSciencesandEngineering,Vol. 68, B.11,PP76-91.
- Mitchell, E. J., (1989): **The Relationship Between Hardiness Level and Coping Strategies Among Baccalaureate**, Nursing Students, DAI, 27/02, 258.
- Rash,R.(1997).**The path Way Between Subjects Recent Life Changes and Their** Near-Future IIIness Reports:Representative Results and Musicological Issues.New York:Wiley.
- Rutter, M.,(1983): **Stress, Coping and Development: Some issues and some questions**. In N. Cormezy and M-Rutter, (eds) Stress Coping and development in children – New York; Mc Grow – hill book Company.
- Sandin B et al (2006) : **" Difference in Negative life Events**

Betupatients with Anxiety", Disorders, Depression Hypochondriasis, Journal of anxiely,stress Coping, Vol. 17, No.1, pp37-37.

- Seheier, M. F., & Correr, C. S. (1987): **"Dispositional optimism and physical well- being**: The inference of generalized outcome expectation son health. Journal of Personality, 55No.PP 169-210.
- Statt, D., (1981): **Dictionary of Psychology, Barnes and Noble Books**, A Division of Harper and Row Publishers.
- Taylor & Shaunna, L. (1995). **An Analysis of a Relaxation Stress control Program in on Alternative Elementary School**, Dissertation Abstracts International, vol. (35-A), pp 1402.
- Tedeschi, R. G., & Kilmer, R. P (2005): **Assessing strengths, resilience, and growth to guide clinical interventions professional psychology**: Research and practice, 36, pp. 230-237.
- Thomas, S. T. (1998): **Disaster Workers: Coping and Hardiness.** Dissertation Abstracts International,VOL 54, 11, pp. 1
- Wiebe, D. J., (1991**): "Hardiness and stress moderation: A test proposed mechanisms"**, Journal of Personality and Social Psychology, vol. 60, No. 1,pp 84-99.

الملاحـــق

- استمارة البيانات الأولية
- مقياس الصلابة النفسية
- مقياس أحداث الحياة الضاغطة.
- خطاب سعادة عميد كلية التربية لإدارة التربية والتعليم بمكة المكرمة.
- خطاب سعادة عميد كلية التربية لإدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث.
- خطاب سعادة مدير إدارة التربية والتعليم بمكة المكرمة للمدارس المتوسطة والثانوية(بنين).
- خطاب سعادة مدير إدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث للمدارس المتوسطة والثانوية(بنين).

ملحق (١)
استمارة بيانات أولية

إعداد الباحث

ملحق رقم (١)

المملكة العربية السعودية وزارة التعليم العالي جامعة أم القرى كلية التربية قسم علم النفس	بسم الله الرحمن الرحيم	

البيانات الأساسية

الاسم: اختياري ....

- **هل الأب على قيد الحياة:** □ نعم □ لا
- **هل الأم على قيد الحياة :** □ نعم □ لا
- **العمر :** □ ١٣ سنة □ ١٤ سنة □ ١٥ سنة
  □ ١٦سنة □ ١٧ سنة □ ١٨ سنة □ غير ذلك( )
- **المرحلة الدراسية:** □ المتوسطة □ الثانوية
- **التخصص:** □ علمي □ أدبي
- **التحصيل الدراسي :** □ ممتاز □ جيد جداً. □ جيد □ مقبول
- **مستوى الدخل للأسرة :** □ مرتفع □ متوسط □ منخفض
- **المدينة:** □ مكة المكرمة □ الليث
- **الجنسية :** □ سعودي □ غير سعودي.

أخي الطالب : ....

فيما يلي مجموعة من العبارات التي يمكن أن تصف شعورك نحو نفسك في الوقت الراهن والمطلوب منك:

- **أن تقرأ كل عبارة بعناية ومن ثم تضع علامة(✓) في إحدى الخانات التي أمامك**
- **نأمل ألا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها ، مع ملاحظة أنه لا توجد عبارة صحيحة ، وأخرى خاطئة ، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة .**

ولك الشكر ،،،

الباحث

أحمد عبد الله العليي

ملحق (٣)

مقياس الصلابة النفسية

إعداد : يونكن وبتز(١٩٩٦م)

تعريب: حمادة ، وعبداللطيف (٢٠٠٢م)

ملحق رقم (٢)

مقياس الصلابة النفسية

م	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	من الصعب أن أنجز عملي عندما تواجهني مشكلة مع شخص قريب جداً مني					
٢	أنهار بسهولة .					
٣	أتوقف عن أداء واجباتي الدراسية عندما أكون غير سعيد .					
٤	أنا أحد الناس الذين يبقون سائرين بصرف النظر عما يحدث لهم .					
٥	يصعب علي الاستمرار في أداء عملي عندما تعم الفوضى مختلف جوانب حياتي.					
٦	أشعر بترابط قوي مع مجموعة من الناس .					
٧	عادة ما استعيد نشاطي بسرعة إذا ما واجهتني الصعاب.					
٨	أهدافي الشخصية محدودة جداً.					
٩	غالباً ما تعقيني أحداث الحياة عن أداء عملي .					
١٠	أشعر عادة أنه مهما كان اليوم سيئاً فإن غداً قد يكون أفضل .					
١١	استمتع بأداء الامتحانات .					
١٢	أتمكن إلى حد ما من السيطرة على الأحداث التي تمر بها حياتي فلا يحدث أمر لي بمحض الصدفة .					
١٣	إنني على يقين بأنه عندما أبدأ المسير فإني سأصل في النهاية .					
١٤	أشعر أحياناً بفقدان الأمل .					
١٥	إنني على يقين بأني إذا حاولت القيام بأمر ما فستسير الأمور على ما يرام .					
١٦	أعرف ماذا أريد من الحياة ولكن أشعر أني لا استطيع الحصول عليه.					

م	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة
١٧	أشعر أحياناً بأن الحياة صعبة علي.					
١٨	من الصعب على أنه أواجه أكثر من مشكلة أو اثنتين في نفس الوقت.					
١٩	أشعر أن لدي قدر من التحكم في مصيري.					
٢٠	عندما يواجهني موقف صعب فأني أشعر عادة بأني استطيع التعامل معه .					
٢١	عادة ما استغرق وقتاً طويلاً جداً حتى أفيق من مفاجأة أو صدمة أو حزن .					
٢٢	لا أطمئن إلى المواقف الجديدة التي لا أعرف ما سيحدث فيها.					
٢٣	أنا شخص متفائل بشكل عام .					
٢٤	استمتع بمنافسة الآخرين .					
٢٥	عندما تعاكسني الظروف فإني استطيع عادة التغلب عليها .					
٢٦	غالباً ما أجد نفسي حزيناً .					
٢٨	عندما أمر بتجربة مريرة فإن استغرق وقتاً طويلاً لأصبح على ما يرام.					
٢٩	عادة ما أجد صعوبة في إنجاز أعمالي عندما تضطرب أموري.					
٣٠	عندما تتعثر خططي فإني غالباً ما أتخلى عنها .					
٣١	عندما لا تسير الأمور كما يرام فإني أجد صعوبة في نسيان ذلك والتركيز على أموري الأخرى .					
٣٢	كثيراً ما أشعر أنني مثقل بالأمور التي تحدث في حياتي .					
٣٣	عندما تحدث أمور سيئة في حياتي فإنني لا أتوقف عن السعي لاعتقادي بأن الأمور ستحسن فيما بعد .					
٣٤	أنا لا أحب المجازفة .					
٣٥	استمتع بالتحدي .					

م	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة
٣٦	**عندما لا تسير الأمور كما أتمنى فإنني أشعر باليأس .**					
٣٧	**كثيراً ما تؤدي بي المواقف الضاغطة إلى المرض.**					
٣٨	**العبارة التالية تصفني تماماً " عندما تصبح الأمور صعبة فإن الشخص القوي هو من يواجهها " .**					
٣٩	**أمارس النشاطات التي استمتع بها بشكل منتظم .**					
٤٠	**أظن أن تقلي للفشل والهزائم أصعب بكثير من تقبل من أعرفهم من الناس لها .**					

ملحق (٣)
مقياس
أحداث الحياة الضاغطة

إعداد: زينب شقير (٢٠٠٢م)

مقياس أحداث الحياة الضاغطة

م	العبارة	لا تنطبق علي الإطلاق	نادراً ما تنطبق	تنطبق بدرجة متوسطة أحياناً	تنطبق بدرجة كبيرة كثيراً
١	تكثر الخلافات التي تحدث بين أفراد أسرتي.				
٢	ينخفض مستوى دخل أسرتي.				
٣	أجد صعوبة في بعض المناهج الدراسية .				
٤	تكثر المشاجرات بيني وبين زملائي .				
٥	لا أنام عندما تقابلني مشكلة في حياتي .				
٦	المواد التي أدرسها لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي.				
٧	أشعر بالضعف العام وإصفرار الوجه من وقت لآخر .				
٨	لا يوجد احترام أو تعاون بين أفراد أسرتي .				
٩	مصروفي الشخصي قليل جداً بسبب دخل الأسرة المنخفض.				
١٠	انخفاض المستوى العلمي للأساتذة يؤثر علي .				
١١	لا يوجد انسجام أو توافق بين وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها.				
١٢	لا أحب الاشتراك في الحفلات أو النشاط الجماعي داخل المدرسة.				
١٣	لا يقدرني الآخرين.				
١٤	أشعر بالصداع والآلام في الرأس من وقت لآخر .				
١٥	أشعر بعدم أهميتي بين أفراد الأسرة .				
١٦	أخجل عند زيارة زميل في منزلي لنفص أثاث المنزل.				
١٧	أجد صعوبة في تركيز انتباهي أثناء الحصص وأثناء المذاكرة لمدة طويلة .				
١٨	أتعرض لكثير من المقالب من زملائي.				
١٩	أغير من زملائي لأنهم أفضل مني.				
٢٠	من الصعب أخذ قرار حاسم في بعض الأمور.				
٢١	أشعر بصعوبة في التنفس من وقت لآخر.				
٢٢	لا يهتم كل منا بالآخر داخل الأسرة .				

م	العبارة	لا تنطبق على الإطلاق	نادراً ما تنطبق	تنطبق بدرجة متوسطة أحياناً	تنطبق بدرجة كبيرة كثيراً
٢٣	**يوجد نقص في حاجاتي ومتطلباتي الشخصية بسبب نقص المال**				
٢٤	**أجد صعوبة في انجاز واجباتي الدراسية وعدم معرفتي بالطرق الجيدة للمذاكرة .**				
٢٥	**أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي .**				
٢٦	**أغضب لأتفه الأسباب .**				
٢٧	**أجد صعوبة في تحقيق طموحاتي في الحياة .**				
٢٨	**تصيبني آلام عضوية في الظهر أو في أي عضو في جسمي عند قيامي بعمل .**				
٢٩	**يعاملني والدي أو من يقوم مقامها بقسوة .**				
٣٠	**أخاف من المستقبل بسبب انخفاض دخل أسرتي.**				
٣١	**لا أجد مساعدة من الأساتذة لي في حل مشكلاتي الدراسية والشخصية .**				
٣٢	**لا توجد روح الحب والتعاون بيني وبين زملائي داخل المدرسة أو خارجها .**				
٣٣	**أشعر بالخجل والحساسية الزائدة باستمرار حتى مع زملائي وأساتذتي.**				
٣٤	**ألوم نفسي لأقل خطأ أقع فيه .**				
٣٥	**أشعر بالتعب عندما أبذل جهد.**				
٣٦	**يعاقبني والدي أو من يقوم مقامهما على أخطائي ولو كانت بسيطة.**				
٣٧	**تضعف طموحاتي بسبب نقص حاجاتي المادية.**				
٣٨	**أشعر بعدم الرغبة في دراسة بعض المواد الدراسية المقررة.**				
٣٩	**تكثر العداوة بيني وبين زملائي ويكرهونني.**				
٤٠	**يتغير مزاجي وأثور بسرعة .**				
٤١	**لا أجد استقراراً في حياتي الشخصية .**				
٤٢	**أشعر بضعف الشهية أو سوء الهضم من وقت لآخر.**				

م	العبارة	لا تنطبق علي الإطلاق	نادراً ما تنطبق	تنطبق بدرجة متوسطة أحياناً	تنطبق بدرجة كبيرة كثيراً
٤٣	**لا أنسجم مع والدي أو من يقوم مقامهما ولا أتقبل رأيهما.**				
٤٤	**قلة ملابسي وسوء مظهري الشخصي أمام زملائي يشعرني بالضيق.**				
٤٥	**يرهقني كثرة الامتحانات المستمرة طوال العام الدراسي .**				
٤٦	**لا يساعدني زملائي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة.**				
٤٧	**لا أشعر بالحب .**				
٤٨	**أخشى الوقوع في أخطاء تخل بالآداب أو القواعد الاجتماعية.**				
٤٩	**تضطرب بعض أجهزة الحس (سمع – بصر – لمس – شم – ذوق) لدي.**				
٥٠	**لا أجد تقارب بيني وبين أفراد أسرتي في أمور كثيرة (الاهتمامات – الرغبات) .**				
٥١	**أخجل من زملائي لأنني أسكن في حي شعبي بسيط .**				
٥٢	**أجد صعوبة في الإجابة الشفوية أثناء الدروس.**				
٥٣	**أجد صعوبة في الاحتفاظ بالأصدقاء داخل المدرسة أو خارجها.**				
٥٤	**أنني سريع البكاء والتأثر.**				
٥٥	**أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط الأمور.**				
٥٦	**يضايقني حب الشباب أو عدم نضارة بشرتي.**				
٥٧	**يفرق والدي أو من يقوم مقامهما بيني وبين أخوتي في المعاملة.**				
٥٨	**من الصعب شراء المراجع الدراسية المطلوبة بسبب العجز المادي لأسرتي .**				
٥٩	**من الصعب الحصول على المراجع الدراسية المطلوبة في مكتبة المدرسة .**				
٦٠	**لا أكون مقبولاً من زملائي في المدرسة أو خارجها .**				
٦١	**ينفذ صبري بسهولة وأغضب بسرعة .**				
٦٢	**أنفعل بسرعة في أغلب المواقف .**				

م	العبارة	لا تنطبق علي الإطلاق	نادراً ما تنطبق	تنطبق بدرجة متوسطة أحياناً	تنطبق بدرجة كبيرة كثيراً
٦٣	**أشعر بزيادة وسرعة دقات قلبي من وقت لآخر.**				
٦٤	**لا استطيع التعبير عن آرائي الشخصية داخل أسرتي.**				
٦٥	**أخاف من الإصابة بالمرض لصعوبة الإنفاق على العلاج .**				
٦٦	**أشعر برغبة قوية في ترك المدرسة من وقت لآخر.**				
٦٧	**لا يحترمني زملائي ولا يثقون بي.**				
٦٨	**أفضل الوحدة والجلوس بمفردي بعيداً عن الآخرين .**				
٦٩	**ينتقدني غيري وينفرون من تصرفاتي .**				
٧٠	**أعاني من نقص الاهتمام بالرعاية الطبية المناسبة .**				

ملحق (٤)

خطاب سعادة عميد كلية التربية لإدارة التربية والتعليم بمكة المكرمة

Kingdom of Saudi Arabia
Ministry OF Higher Education
Umm Al-Qura University





سعادة مدير عام التربية والتعليم بمنطقة مكة المكرمة سلمه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .. وبعد

نفيد سعادتكم بان الطالب/ أحمد عبد الله محمد العيافي، احد طلاب الدراسات العليا بقسم علم النفس بكلية التربية مرحلة الماجستير ويرغب القيام بتطبيق المقاييس الخاصة بدراسته بعنوان : (الصلابة النفسية وإحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث)

آمل من سعادتكم التكرم بمخاطبتهم لتسهيل مهمة الطالب لتطبيق المقاييس على عينة لدراسة .شاكرا لكم كريم تعاونكم وحسن استجابتكم.

وتفضلوا سعادتكم بقبول فائق التحية والتقدير ؛؛؛

عميد كلية التربية

أ. د/ زايد عجير الحارثي

الرقم: ١/٢٠٩٦ التاريخ: ٢٩/١٠/١٤٣٢هـ المشفوعات: مقاييس

مطابع جامعة أم القرى

ملحق (٥)
خطاب سعادة عميد كلية التربية لإدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث

Kingdom of Saudi Arabia
Ministry OF Higher Education
Umm Al-Qura University





سعادة مدير التربية والتعليم بمحافظة الليث سلمه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .. وبعد

نفيد سعادتكم بان الطالب/ أحمد عبد الله محمد العيافي، احد طلاب الدراسات العليا بقسم علم النفس بكلية التربية مرحلة الماجستير ويرغب القيام بتطبيق المقاييس الخاصة بدراسته بعنوان : (الصلابة النفسية وإحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث)

آمل من سعادتكم التكرم بمخاطبتهم لتسهيل مهمة الطالب لتطبيق المقاييس على عينة لدراسة ..شاكرا لكم كريم تعاونكم وحسن استجابتكم.

وتفضلوا سعادتكم بقبول فائق التحية والتقدير ؛؛؛

عميد كلية التربية

أ. د / زايد عجير الحارثي

الرقم: ١/ ٢٥٩٦ التاريخ: ٢٩/ ١٠/ ١٤٣٢هـ المشفوعات: مقاييس

مطابع جامعة أم القرى

ملحق (٦)

خطاب سعادة مدير إدارة التربية والتعليم بمكة المكرمة للمدارس المتوسطة والثانوية (بنين)

بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة العربية السعودية
وزارة التربية و التعليم
الإدارة العامة
للتربية والتعليم بمنطقة مكة المكرمة
إدارة التخطيط والتطوير



الرقـــــم : ٣٢١٧٥٨/١٩
التـــاريخ : ١٠ / ١١ / ١٤٣٢هـ
المشفوعـــات :

الموضوع / الموافقة على إجراء دراسة

تعميم لجميع المدارس الحكومية المتوسطة والثانوية

المكرم مدير / **حفظه الله**

السلام عليكم ورحمه الله وبركاته..... وبعد

فبناء على خطاب عميد كلية التربية بجامعة أم القرى ذي الرقم ١/٢٥٩٦ وتاريخ ١٤٣٢/١٠/٢٩هـ بشأن طالب الدراسات العليا بقسم علم النفس/ احمد عبدالله محمد العيافي والذي يعد رسالة للحصول على درجة الماجستير بعنوان :

((الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث))

وحيث إن الدراسة تتطلب تعبئة الاستبانتين المرفقتين من قبل طلاب مدرستكم العامرة . لذا نأمل التعاون مع الباحث وحثهم على تعبئتها وإعادتها إلى الباحث شخصياً. شاكرين لكم كريم،تعاونكم خدمة للبحث العلمي.

وتقبلوا تحياتي، ، ، ،

١٤٣٢/١١/١٠هـ

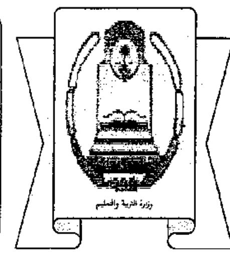
مدير عام
التربية والتعليم بمنطقة مكة المكرمة
بكر بن إبراهيم بصفر

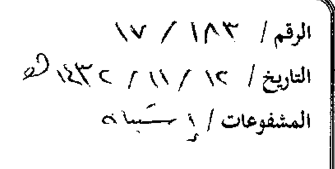
ص/ لمكتبي
ص/ لإدارة التخطيط والتطوير
ص/ للباحث
ص/ للاتصالات الإدارية

ملحق (٧)

خطاب سعادة مدير إدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث للمدارس المتوسطة والثانوية (بنين)

المملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
إدارة التربية والتعليم بمحافظة الليث
التخطيط والتطوير




الرقم / ١٨٣ / ١٧
التاريخ / ١٢ / ١١ / ١٤٣٢هـ
المشفوعات / لا شيء

المكرم مدير مدرسة / المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد

بناءاً على خطاب سعادة عميد كلية التربية بجامعة أم القرى رقم ١/٢٥٩٦ وتاريخ ١٤٣٢/١٠/٢٩هـ. والمتضمن تطبيق المقاييس الخاصة بدراسة الطالب / أحمد بن عبد الله محمد العياقي . والتي هي بعنوان (الصلابة النفسية وإحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث) .

لذا نأمل تسهيل مهمة الطالب .

وتقبلوا تحياتي ،،،

١٢/١١

مدير التربية والتعليم بمحافظة الليث

محمد بن مهدي الحارثي

ص/ للتخطيط والتطوير
ص/ للبحوث التربوية .

الليث ٢١٩٦١ ـ هاتف : ٧٤٢١٠٨٣ ـ فاكس : ٧٤٢١٠٠٠ /٠٧